ความว่าง

เป็นบทความที่อธิบายเรื่องนิพพานในความหมายอย่างง่าย ๆ
ที่คนทั่วไปสามารถจะเข้าใจได้โดยไม่ยาก

พร รัตนสุวรรณ

พิมพ์ครั้งที่ ๒

ความว่าง

- ความว่างคืออะไร ?
- ประโยชน์ของการเข้าถึงนิพพาน
- **ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน** * จะต้องมีความเมตตาอย่างลึกซึ้ง
  * จะต้องเอาชนะใจตนเองได้
  * จะต้องได้ฌาน
  * จะต้องมีสติอยู่กับตัวทุกขณะ
  * จะต้องพยายามตัดกระแสตัณหา
  * จะต้องละตัณหาได้ขาด
  * จะต้องละได้ทั้งบุญและบาป
  * จะต้องไม่ยึดมั่นในความรู้
- นิพพานเป็นธรรมสูงสุด
- ดับไม่มีเหลือ

"ข้าพเจ้าเชื่อว่า ถ้าหากว่าคนไหนยังไม่สนใจเรื่องนิพพาน ยังไม่รู้แจ้งว่านิพพานคืออะไร ? ย่อมเป็นไปไม่ได้เลยที่จะเข้าใจถึงเรื่องวิธีแห่งการครองชีพที่ถูกต้องสำหรับตัวเอง จะไม่เข้าใจว่า ทางที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์สำหรับตัวเองนั้นคืออะไร ?"

ศรี รัตนสุวรรณ

ความว่าง

โดย

พร รัตนสุวรรณ

จัดพิมพ์โดย

สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ

* มโนปุพฺพงฺคมา ธมฺมา *

สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ

ISBN 974-7387-81-6

หนังสือ	ความว่าง
ผู้เขียน	พร รัตนสุวรรณ
พิมพ์ครั้งที่ ๔	พฤษภาคม ๒๕๔๒
จำนวนพิมพ์	๓,๐๐๐ เล่ม
เจ้าของ	สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ
ผู้อำนวยการ	ศรีเพ็ญ จัตุทะศรี
ผู้จัดการ	ผ่องผิว พัฒนประภาพันธุ์
บรรณาธิการ	รังษี สุทนต์
ออกแบบปก	สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ
จัดรูปเล่ม	สุทัศน์ ไวยปิติ
พิมพ์ที่	โรงพิมพ์วิญญาณ ๔๗/๒ ถ. สามเสน บางลำพู กทม. ๑๐๒๐๐ โทร. ๒๘๒-๒๐๒๕, ๖๒๙-๑๙๕๑ โทรสาร ๒๘๑-๑๗๐๖
จัดจำหน่าย	สายส่งดวงแก้ว บริษัท สหธรรมิก จำกัด ๕๔/๖๗,๖๘,๗๑,๗๒ ซ. จรัญสนิทวงศ์ ๑๒ ถ. จรัญสนิทวงศ์ ท่าพระ บางกอกใหญ่ กรุงเทพ ฯ ๑๐๖๐๐ โทร. ๘๖๔๐๔๓๔-๕, ๔๑๒๓๐๘๗

สงวนลิขสิทธิ์

คำปรารภ
ในการพิมพ์ครั้งที่ ๔

อาจารย์พร รัตนสุวรรณ ได้ศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก-อรรถกถา แล้วยึดเป็นแนวทางการปฏิบัติสมาธิวิปัสสนามาตั้งแต่สมัยยังอุปสมบทเป็นพระภิกษุ ต่อมาได้ลาสิกขาออกมาเป็นอุบาสก ก็ยังคงศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก-อรรถกถา ปฏิบัติสมาธิวิปัสสนาอยู่ตลอด เป็นอาจารย์สอนในคณะพุทธศาสตร์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ถวายความรู้ธรรมประยุกต์ ความรู้เรื่องสมาธิวิปัสสนาแก่พระนิสิตมหาจุฬา ฯ และอบรมสมาธิ วิปัสสนาแก่ประชาชนผู้สนใจ แก่นักเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ที่ธรรมวิจัยวัดมหาธาตุ ฯ ท่าพระจันทร์ เป็นเวลาหลายปี ทั้งบรรยายธรรมอบรมสมาธิวิปัสสนาแก่คณะชมรม

พุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ นักศึกษาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย นักศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒม์ นักเรียนนายร้อยตำรวจ โรงเรียนนายร้อยตำรวจสามพราน ฯลฯ ทั้งเปิดอบรมสมาธิวิปัสสนา แก่สมาชิกผู้สนใจที่บ้านพักจนกระทั่งจากโลกมนุษย์เข้าสู่ภูมิทิพย์

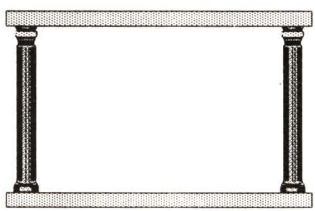
อาจารย์พร รัตนสุวรรณ มิได้อบรมสมาธิวิปัสสนา แต่เพียงอย่างเดียว ยังได้เรียบเรียงหนังสือธรรมะทางพระพุทธศาสนา ทั้งทางปรัชญา ทั้งทางการปฏิบัติสมาธิวิปัสสนาและอื่น ๆ อีกหลายเล่ม

หนังสือ **"ความว่าง"** เล่มนี้ **อาจารย์พร รัตนสุวรรณ** ได้เขียนลงในหนังสือวิญญาณ ฉบับเดือนธันวาคม ๒๕๑๔ ถึงฉบับเดือนมีนาคม-เมษายน ๒๕๑๖ ว่าด้วยเรื่องความว่าง คือ เรื่องพระนิพพานนั่นเอง รายละเอียดต่าง ๆ อาจารย์พรได้ชี้แจงไว้แล้วในคำนำเมื่อคราวรวบรวมจัดพิมพ์รวมเล่มครั้งแรก

เรื่อง **"ความว่าง"** นี้ ได้จัดพิมพ์ไปแล้ว ๓ ครั้ง ครั้งนี้นับเป็นครั้งที่ ๔ ท่านผู้สนใจเรื่องความว่างหรือพระนิพพาน ศึกษาได้จากหนังสือเล่มนี้

สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ

๒๕๔๒



สถิติการพิมพ์

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๑๘ จำนวน ๑,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๒๓ จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๓ พ.ศ. ๒๕๓๒ จำนวน ๑,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๔ พ.ศ. ๒๕๔๒ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

คำนำ

เรื่องความว่าง ข้าพเจ้าได้เขียนมาทั้งหมด ๑๒ ตอน ลงในหนังสือวิญญาณตั้งแต่ฉบับเดือนธันวาคม ๒๕๑๔ จนถึงเดือนมีนาคม-เมษายน ๒๕๑๖ เรื่อง **ความว่าง** ก็คือ **เรื่องนิพพาน** โดยปกติเรื่องนิพพานมักจะเป็นเรื่องที่เข้าใจยากสำหรับคนทั่วไป นอกจากจะเข้าใจยากแล้ว คนส่วนมากยังเข้าใจเรื่องนี้ผิด จนกระทั่งรู้สึกกันว่า เรื่องนิพพานไม่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันเลย และไม่รู้ว่า จะเอาความรู้เรื่องนิพพานมาใช้ให้เกิดประโยชน์ควบคู่กันไปกับการศึกษา หรือการประกอบกิจการงานต่าง ๆ ได้อย่างไร เพราะคนส่วนมากเมื่อเอ่ยถึงคำว่านิพพาน เขาก็หมายถึงตายแล้วไม่เกิด หรือบางคนก็เข้าใจว่า นิพพานเป็นโลกอีกโลกหนึ่ง หรือเป็นชีวิตอีกภูมิหนึ่ง ซึ่งถ้าหากคนไหน

ละกิเลสได้หมดตายไปแล้วก็จะเข้าถึงภูมินี้หรือโลกนี้ ซึ่งในเมื่อเข้าถึงแล้ว ก็จะไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย อีกต่อไปชั่วนิรันดร์ และบางคนก็เข้าใจว่า ผู้ที่บรรลุถึงนิพพานแล้วก็สามารถที่จะออกจากนิพพานมาเกิดในโลก-มนุษย์ได้อีก เพื่อช่วยเหลือสัตว์โลกทั้งหลายให้พ้นจากความทุกข์

นอกจากนี้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนิพพาน ยังมีแตกต่างกันออกไปอีก ซึ่งสรุปแล้ว ก็คือคนส่วนใหญ่ยังเข้าใจเรื่องนิพพานไม่ถูก เพราะถ้าเข้าใจถูกก็จะไม่เกิดปัญหาสำหรับตนเอง กล่าวคือ ใครเขาจะมีความเห็นอย่างไรก็ตาม แต่ตนเองก็จะไม่ขัดแย้งกับใคร และในเวลาเดียวกัน ก็มีความแน่ใจว่าตนเองเข้าใจเรื่องนิพพานถูกแน่ เพราะเข้าใจเรื่องนี้ถูก จึงได้สนใจอยู่เสมอ และพยายามปฏิบัติเพื่อจะเข้าถึงนิพพาน ต้องการที่จะเข้าไปให้ใกล้นิพพานให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ และสามารถที่จะเอาเรื่องนิพพานที่ตนเองเข้าใจอย่างถูกต้องนั้น มาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

ได้ด้วย สำหรับคนที่เข้าใจเรื่องนี้อย่างถูกต้อง ทุกคนจะรู้สึกว่าจุดหมายของชีวิตอันสูงสุด ซึ่งเป็นจุดหมายที่อยู่เหนือความปรารถนาทั้งปวงก็คือทำอย่างไรเราจึงจะเข้าถึงนิพพานได้ และพยายามที่จะเข้าให้ถึงในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ และอีกประการหนึ่ง คนที่เข้าใจเรื่องนิพพานอย่างถูกต้องนั้น ทุกคนจะรู้สึกว่าการที่เราต้องศึกษา ต้องทำงาน ต้องแต่งงานมีครอบครัว ต้องรับผิดชอบต่อสังคมต่อประเทศชาติ ต้องทำงานอย่างนั้นอย่างนี้ และจำเป็นต้องมีศีลธรรม ต้องมีการเสียสละ ทั้งหมดก็เพื่อเป็นพื้นฐานให้เราเข้าถึงนิพพานนั่นเอง

ขอได้โปรดสังเกตให้ดีว่า ผู้ที่ศึกษาเรื่องนิพพานอย่างถูกต้องนั้น จะต้องมีความรู้สึกสนใจต่อนิพพาน ปรารถนานิพพานอยู่เสมอ เหมือนคนที่กำลังร้อนและหิวกระหาย ความปรารถนาที่หนักหน่วงที่สุดต้องการมากที่สุดสำหรับเขาก็คือน้ำ ข้อนี้ฉันใด ถ้าเราศึกษาเรื่องนิพพานอย่างถูกต้อง ปัญหาต่าง ๆ จะไม่มีสำหรับเรา ใครเขาจะมีความเห็นเป็นอย่างไรก็ช่างเขา เพราะรู้ดี

ว่าแต่ละอย่างที่เขาเข้าใจนั้น มันก็มีส่วนถูก ไม่ใช่ว่าจะผิดไปเสียทั้งหมด เป็นแต่ว่าเขาเดาหรือคาดคะเนมากเกินไป แล้วก็ยึดถือในส่วนซึ่งตนเองยังพิสูจน์ไม่ได้มากเกินไป แต่สำหรับเราย่อมรู้อยู่แก่ใจว่า การบรรลุถึงนิพพานนั้น ต้องบรรลุถึงในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ชีวิตหลังจากตายจะเป็นอย่างไร เอาไว้รู้ต่อเมื่อจิตใจของเราก้าวหน้าไปสูงยิ่งกว่านี้ เข้าใจเรื่องตัวเองมากกว่านี้ หรือถ้าหากอยากจะรู้ว่า ถ้าหากเราเป็นพระอรหันต์ตัดกิเลสได้หมดแล้ว ตายแล้วจะเป็นอย่างไร จะเกิดอีกหรือไม่เกิด จะไปมีชีวิตอยู่ในโลกไหนหรือในภูมิไหนหรือว่าจะดับสูญไปเลย

สมมติว่าเกิดอยากรู้เช่นนี้ขึ้นมา เราก็จะบอกกับตัวเองได้ว่า อันนี้เอาไว้รู้ต่อเมื่อเราเป็นพระอรหันต์เสียก่อน แต่ว่าในขณะนี้เรามีปัญหาเฉพาะหน้ามากมาย ซึ่งจำเป็นจะต้องแก้ และปัญหาที่หนักหน่วงที่สุดเป็นปัญหาด่วนเฉพาะหน้าด้วย ก็คือ *ทำอย่างไรจึงจะเอาชนะความคิดของตนเองได้ ? ทำอย่างไรจึงจะสามารถ*

ทำใจให้ว่างได้บ้าง ? เราสนใจแต่เรื่องอย่างนี้ ซึ่งถ้าหากสนใจในลักษณะอย่างนี้แล้ว เราก็จะไม่ไปโต้แย้งกับใคร และก็จะไม่มีใครมาโต้แย้งกับเราด้วย เพราะแนวความคิดอันนี้ เป็นแนวที่เข้ากันได้กับลัทธิที่ว่าด้วยนิพพานของทุกนิกาย ไม่ว่าใครจะศึกษามาจากสำนักไหนจากนิกายไหน ซึ่งเขาจะมีหลักเกี่ยวกับเรื่องนิพพานเป็นอย่างไรก็ตาม แต่ทุกคนก็ย่อมจะเห็นพ้องเหมือนกันทั้งหมดว่า **การทำใจให้ว่างนั้นเป็นสิ่งประเสริฐยิ่ง และเป็นทางที่จะนำไปสู่การบรรลุถึงนิพพานได้อย่างแน่นอน และจะทำให้รู้จักนิพพานอย่างแจ่มแจ้ง และถูกต้องด้วยปัญญาของตัวเอง ไม่ต้องเชื่อตามผู้อื่น**

ข้าพเจ้าได้พยายามหาวิธี ที่จะทำให้ปัญหาในเรื่องนิพพานยุติ และต้องการจะให้คนทั้งหลายเกิดความรู้สึกว่า นิพพานเป็นเรื่องจำเป็นที่เราจะต้องศึกษากันทุกคน และจะต้องพยายามเรียนรู้ให้เข้าใจอย่างถูกต้อง ซึ่งในเมื่อเข้าใจถูกต้องดีแล้ว การปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงนิพพานก็จะกลายเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับคน

ทั่วไป และคำว่าทั่วไปในที่นี้ย่อมหมายถึง คนทุกชาติ ทุกศาสนา ทุกเพศ ทุกวัย การศึกษาเรื่องนิพพานอย่างถูกต้อง จะทำให้เกิดการประนีประนอมระหว่างนิกายต่าง ๆ ของพุทธศาสนา และระหว่างศาสนาต่าง ๆ อีกด้วย ในที่สุดก็จะทำให้เกิดความสามัคคีและการร่วมมือกัน เพื่อสร้างสรรค์โลกนี้ให้มีความสุขความเจริญ ให้มีสันติภาพอันถาวร ข้าพเจ้าได้มองเห็นถึงแนวทางอันนี้ จึงได้พยายามเขียนเรื่องนี้ออกมาจากความรู้สึกอันเท้จริงของข้าพเจ้า คือไม่ใช่เขียนจากตำราเพียงอย่างเดียว แต่เขียนมาจากความเชื่อและความเลื่อมใสต่อหลักการดังที่ได้อธิบายไว้นี้

และอีกประการหนึ่งข้าพเจ้าเชื่อว่า ถ้าหากว่าคนไหนยังไม่สนใจเรื่องนิพพาน ยังไม่รู้แจ้งว่านิพพานคืออะไร ย่อมเป็นไปไม่ได้เลยที่จะเข้าใจถึงเรื่องวิธีแห่งการครองชีพที่ถูกต้องสำหรับตัวเอง จะไม่เข้าใจว่า ทางที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์สำหรับตัวเองนั้นคืออะไร และในเมื่อไม่เข้าใจวิธีการครองชีพที่ถูกต้อง ก็ย่อมจะ

ประกอบกรรมชั่วได้ง่าย และเมื่อทำผิดแล้วก็ปกปิด ไม่ต้องการให้คนอื่นรู้หรือจับได้ ซึ่งการกระทำเช่นนี้ ไม่ผิดอะไรกับคนที่เป็นโรคแล้วไม่ยอมไปหาหมอ ไม่ยอมให้หมอรู้ว่าตนเองเป็นโรคอะไร เพราะความกลัวเพราะความอายหรือเพราะอะไรก็ตาม เขาพยายามรักษาด้วยตัวเอง จงคิดดูว่า คนที่เป็นโรคแล้วไม่ไปหาหมอนั้นในที่สุดจะเป็นอย่างไร คนที่ทำความชั่ว ทำการทุจริต ทำการคอรัปชั่น หรือจะเรียกว่าอะไรก็ตามซึ่งตัวเองก็รู้อยู่ว่ามันผิด แต่ก็ยังทำอยู่นั้น เป็นเพราะยังไม่เข้าใจเรื่องชีวิต ยังไม่เข้าใจเรื่องนิพพาน ซึ่งตรงกันข้ามกับคนที่เขาเข้าใจเรื่องนิพพาน แม้ว่าเขาจะทำผิด เขาก็จะไม่ปกปิด แต่การเปิดเผยก็ต้องรู้จักกาละเทศะ ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ถ้าคนทั่วไปสนใจเรื่องนิพพาน เหมือนอย่างกับที่เราสนใจเรื่องการทำมาหากิน หรือสนใจปัญหาต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชีวิตประจำวัน การแก้ไขปัญหาเรื่องคอรัปชั่น การแก้ไขไม่ให้คนทั้งหลายเบียดเบียนกัน เอาเปรียบกัน อะไรทำนองนี้ จะง่ายขึ้นมากทีเดียว

ตามความรู้สึกของข้าพเจ้า ไม่มีเรื่องไหนที่จะมีค่าสูงสุดเท่ากับการศึกษาเรื่องนิพพาน และความพยายามที่จะบรรลุถึงนิพพาน ด้วยความรู้สึกอันนี้จึงได้เขียนเรื่องนี้ออกมาด้วยความมั่นใจว่า เรื่องนี้เมื่อผ่านสายตาของผู้ที่มีการศึกษา เป็นคนอยู่ในเหตุผล ไม่เชื่ออะไรงมงายแล้ว ในไม่ช้าเรื่องนี้ก็จะแพร่หลายกว้างขวางออกไปทุกที จะไม่มีใครหรือสถาบันแห่งใดยับยั้งการขยายตัวของแนวความคิดอันนี้ไว้ได้ เพราะอะไร ? เพราะมันเหมือนกับว่าทุกคนย่อมต้องการอาหาร และทุกคนก็ต้องการแต่อาหารที่มีคุณภาพ และอาหารที่แสวงหามาได้โดยง่าย ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก ไม่ต้องเสียเวลามาก อาหารที่มีคุณลักษณะเช่นนี้ถ้าหากใครผลิตขึ้นมาได้เป็นผลสำเร็จ เขาก็ย่อมจะมองเห็นได้ชัดว่า ในเมื่อคนทั้งหลายเริ่มรู้จักอาหารชนิดนี้แล้ว ในไม่ช้าความนิยมก็จะแพร่หลายมากขึ้นอย่างกว้างขวาง ข้าพเจ้าหวังว่าบทความเรื่องความว่างนี้จะเป็นอาหารทางใจที่มีคุณค่าสูง และโดยธรรมดา

อาหารทางใจนั้น ย่อมประเสริฐและจำเป็นสำหรับชีวิตของคนทุกคนยิ่งกว่าอาหารทางกายมากมาย.

พร รัตนสุวรรณ

๕ ธันวาคม ๒๕๑๘

สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ (ชั่วคราว)
๔๗/๒ ถนนสามเสน บางลำพู กรุงเทพมหานคร
โทร. ๒๘๒๒๐๒๕ เข้าตรอกข้างร้านตัดเสื้อมิตรชาย

สารบาญ

	เรื่อง	หน้า
๑	ความว่างคืออะไร ?	๑
๒	ประโยชน์ของการเข้าถึงนิพพาน	๑๗
๓	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องมีความเมตตาอย่างลึกซึ้ง	๓๒
๔	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องเอาชนะใจตนเองได้	๔๒
๕	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องได้ฌาน	๖๓
๖	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องมีสติอยู่กับตัวทุกขณะ	๘๒
๗	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องพยายามตัดกระแสตัณหา	๙๖
๘	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องละตัณหาได้ขาด	๑๑๑
๙	ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องละได้ทั้งบุญและบาป	๑๒๖

เรื่อง	หน้า
๑๐ ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องไม่ยึดมั่นในความรู้	๑๕๕
๑๑ นิพพานเป็นธรรมสูงสุด	๑๖๘
๑๒ ดับไม่มีเหลือ	๑๘๖

ความว่าง

ความว่างคืออะไร ?

* "ดูก่อนโมฆราช เธอจงมีสติมองดูโลกให้เห็นเป็นของว่างเปล่าอยู่เสมอทุกขณะจิต เมื่อถอนอัตตานุทิฏฐิได้แล้ว ก็จะอยู่เหนือความตาย ข้ามพ้นจากความตายได้ ผู้ที่มองดูโลกเช่นนี้ มัจจุราชย่อมมองไม่เห็น"

ข้อความที่กล่าวมานี้เป็นพุทธพจน์ ซึ่งพระองค์ได้ตรัสแก่มาณพผู้หนึ่งชื่อว่าโมฆราช คำว่า ว่าง ในที่นี้บาลีใช้คำว่า สุญฺญตา ความว่างคืออะไร ? ขอให้ศึกษาจากพุทธพจน์บทนี้แล้วจะเข้าใจความหมายอย่าง

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๑๒ ธันวาคม ๒๕๑๔

ถูกต้อง พระพุทธเจ้าสอนพระโมฆราชให้มองดูโลกให้เห็นเป็นของว่างเปล่า หรือพูดอีกนัยหนึ่งให้เพ่งถึงความว่าง และคำว่า **อัตตานุทิฏฐิ** แปลว่า **ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับเรื่องตัวตน** อัตตานุทิฏฐิก็คือสักกายทิฏฐิ ขอให้สังเกตว่า ถ้าคนไหนละความเข้าใจผิดเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้ ผู้นั้นก็จะอยู่เหนือความตายข้ามพ้นจากความตายได้

โดยปกติคนเราย่อมยึดถือร่างกายว่าเป็นตัวเราหรือของของเรา และเมื่อเห็นอะไร ได้ยินอะไร มีความรู้สึกนึกคิดเกิดขึ้นอย่างไร ก็ถือว่าเราเห็น เราได้ยิน เรามีความรู้สึกนึกคิดอย่างนั้นอย่างนี้ ยึดถือการเห็นการได้ยิน และความรู่สึกนึกคิดทุกอย่างว่าเป็นตัวเราหรือของของเรา เช่นเดียวกับยึดถือร่างกาย เมื่อพูดตามหลักก็คือยึดถือเบญจขันธ์ซึ่งได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณว่า เป็นตัวเราหรือเป็นของของเรา และตามหลักพุทธศาสนาถือว่า ถ้าผู้ใดเห็นแจ้งในความจริงดังต่อไปนี้คือ :-

"สิ่งใดมีการเกิดขึ้น สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับเป็นธรรมดา" ผู้นั้นได้ชื่อว่ามีดวงตาเห็นธรรม และได้ชื่อว่าเป็นพระโสดาบัน แต่การเห็นแจ้งที่ว่านี้ต้องเป็นการเห็นแจ้งจากภายใน เป็นการเห็นแจ้งอย่างลึกซึ้ง ประทับใจ ไม่รู้จักลืม และเป็นการเห็นแจ้งในขณะที่จิตสงบบริสุทธิ์ ไม่มีนิวรณ์ทั้งห้าครอบงำ การเห็นแจ้งที่ว่านี้ถ้าเกิดขึ้นแล้ว ก็จะทำให้ละสักกายทิฏฐิ หรือละอัตตานุทิฏฐิได้

เพราะเหตุไรการเห็นแจ้งที่ว่านี้จึงทำให้ละสักกายทิฏฐิได้ ? ทั้งนี้ก็เพราะเมื่อเห็นแจ้งเช่นนี้แล้ว ย่อมจะรู้สึกแจ่มชัดว่า **สิ่งใดดับได้สูญสิ้นได้หมดไปได้ เปลี่ยนแปลงได้ สิ่งนั้นย่อมไม่ใช่ตัวเราหรือของของเรา** และอีกประการหนึ่ง เมื่อความเห็นแจ้งที่ว่านี้เกิดขึ้นจริง ๆ ย่อมจะได้พบกับความสงบที่แจ่มใสและประณีตที่สุด ซึ่งทันทีที่ได้พบกับความสงบที่ว่านี้ ก็จะทำให้เกิดความเห็นแจ้งขึ้นมาว่า ด้วยการเข้าถึงความสงบอันนี้เอง จึงทำให้สร่างความเมา ดับความกระหาย ถอนความ

อาลัย ตัดวัฏฏะ ทำให้ตัณหาหมดสิ้นไป ทำให้กิเลสทุกอย่างคลายออก ทำให้ความทุกข์ดับไปได้อย่างสนิท ภาวะอันนี้คือนิพพาน

ข้อความที่กล่าวมาทั้งหมดล้วนแต่เป็นพุทธ-พจน์ทั้งสิ้น ผู้ที่เคยชินกับสำนวนนี้ย่อมจะรู้ดีว่า ข้าพเจ้าแปลมาจากบาลีบทไหน เป็นแต่ข้าพเจ้าถอดความหมายออกมาให้เป็นภาษาธรรมดาที่คนทั่วไปสามารถจะเข้าใจได้ แต่อย่างไรก็ดี ข้อที่ควรจะต้องจดจำให้แม่นก็คือ :-

ถ้าใจได้เข้าถึงความว่าง มองเห็นความว่างจริง ๆ ก็จะเกิดความรู้สึกว่าตัวเราที่แท้จริงไม่มี มีแต่ตัวตนที่เป็นวิบากของกรรม และตัวตนที่เป็นวิบากของกรรมนี้ก็เป็นสิ่งที่ดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้ เปลี่ยนแปลงได้ แต่มันก็สืบต่อได้เช่นเดียวกับต้นไม้ทั้งหลาย คือ ตราบใดที่ปัจจัยของมันยังมีอยู่ ต้นก็จะเป็นเหตุให้เกิดลูก ลูกก็จะเป็นเหตุให้เกิดต้น หมุนเวียนสืบต่อกันไปเช่นนี้ไม่มีที่สิ้นสุด และการสืบต่อนั้นจะคงอยู่ในสภาพ

เดิมเสมอในเมื่อปัจจัยไม่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม หรือส่วนประกอบไม่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

เช่นต้นมะม่วงที่เกิดใหม่ ไม่ใช่ต้นมะม่วงต้นเดิมก็จริง แต่มันก็เหมือนกับต้นเดิมที่เป็นบรรพบุรุษของมัน เมล็ดที่เกิดขึ้นก็เช่นเดียวกัน ไม่ใช่เมล็ดเดิม เป็นเมล็ดที่เกิดขึ้นใหม่ แต่มันก็เหมือนกับบรรพบุรุษของมัน คนเราเมื่อตายแล้วตัวตนก็ยังอยู่ ซึ่งตัวตนที่ว่านี้ก็คือวิญญาณที่เป็นวิบาก เปรียบเหมือนต้นไม้เมื่อต้นตายแต่เมล็ดยังอยู่ เมล็ดนี้ก็จะก่อให้เกิดต้นต่อไปอีก คนเราเมื่อตายก็ตายแต่ร่างกาย แต่วิญญาณในเมื่อยังมีกิเลส ยังมีวิบากต่าง ๆ อยู่ วิญญาณอันนี้ก็จะสร้างร่างกายขึ้นมาอีก (รายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องในขณะที่กำลังจะตาย ร่างกายเกิดใหม่ได้อย่างไร ขอให้อ่านจากหนังสือเรื่อง สู่แสงสว่าง)

โปรดสังเกตว่า คำว่า ตัวเราไม่มี นั้นหมายถึงตัวตนที่เที่ยงแท้ยั่งยืนไม่มีการเปลี่ยนแปลง เคยเป็นอยู่อย่างไรก็เป็นอยู่อย่างนั้น ตัวตนที่ว่านี้ไม่มี และที่ว่า

ให้มีสติมองดูโลกให้เห็นเป็นของว่างเปล่า หมายถึง ให้พิจารณาดูเบญจขันธ์หรือนามรูปที่เคยยึดถือว่า เป็นตัวเราหรือของของเรา ซึ่งในเมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่าทุกอย่างในที่สุดก็จะต้องแตกดับ อันตรธานสูญหาย ไม่มีสิ่งใดคงที่ตลอดไป เพราะฉะนั้นตัวเราจึงไม่มี ซึ่งหมายถึงตัวตนที่เที่ยงแท้ยั่งยืนไม่มีการเปลี่ยนแปลงแตกดับสูญหาย ส่วนตัวตนที่เป็นวิบากของกรรมนั้นมีอยู่แน่ เพราะมันจะต้องสืบต่ออยู่เสมอ คล้ายกับว่ามีตัวเราที่แท้จริง เพราะไม่ว่าจะตายไปแล้วเกิดใหม่อีกกี่ชาติ ชีวิตที่เกิดใหม่ จะมีลักษณะคล้ายคลึงเหมือนกับชีวิตที่ผ่านมาแล้วเสมอ และลักษณะบางอย่างก็จะคงที่นับเป็นหมื่น ๆ แสน ๆ ชาติ คือไม่ยอมเปลี่ยนแปลงผิดไปจากเดิม แต่ลักษณะบางอย่างก็เปลี่ยนแปลงผิดไปจากเดิมเห็นได้ชัด แต่อย่างไรก็ตาม ทั้งหมดก็อยู่ในกฎที่ว่า สิ่งใดมีการเกิดขึ้นสิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับเป็นธรรมดา พระพุทธเจ้าเคยตั้งปัญหาถามพระปัญจวัคคีย์ว่า :-

รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เที่ยงหรือไม่เที่ยง ?

ท่านเหล่านั้นตอบว่า *ไม่เที่ยง พระพุทธเจ้าข้า*

สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นสุขหรือเป็นทุกข์

เป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าข้า

สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ควรหรือที่จะยึดถือว่าสิ่งนั้นเป็นตัวเรา เป็นของของเรา หรือเป็นอัตตาของเรา

ไม่ควร พระพุทธเจ้าข้า

ครั้นแล้วพระองค์ก็ได้สรุปให้พระปัญจวัคคีย์ฟังว่า :-

อริยสาวก เมื่อได้ทราบความจริงเช่นนี้แล้ว ย่อมไม่ถือมั่น ซึ่งรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณว่า เป็นตัวเรา เป็นของของเรา หรือเป็นอัตตาของเรา

พระปัญจวัคคีย์ได้ไตร่ตรองพิจารณาตามเทศนาของพระพุทธเจ้าอย่างละเอียดถี่ถ้วน ครั้นแล้วจิตของท่านทั้งหมดก็ได้หลุดพ้นจากอาสวะ คือกิเลสที่หมักหมมอยู่ในสันดาน กล่าวคือ กามตัณหา ภวตัณหา และอวิชา

ขอให้สังเกตว่า จิตใจของคนเราจะเป็นอิสระหลุดพ้นจากตัณหาอุปาทานและอวิชา ก็ต่อเมื่อมองเห็นเบญจขันธ์เป็นของว่างเปล่า คือเห็นชัดว่า ตัวเราไม่มี และการเห็นชัดที่ว่านี้จะต้องเห็นติดต่อกันไปทุกขณะจิต เหมือนกับคนที่ได้สมาธิ ในเมื่อมองเห็นภาพอันใดชัดอยู่ในใจ ก็จะเห็นภาพอันนั้นติดต่อกันไปทุกขณะจิต และการที่เห็นภาพนั้นอยู่เสมอ ภาพนั้นไม่เลือนหายก็เพราะแต่ละขณะจิตที่เกิดนึกถึงแต่ภาพนั้นอยู่ตลอดเวลา เรื่องอื่นแทรกเข้ามาไม่ได้ **การมองเห็นความว่างที่จะทำให้จิตหลุดพ้น จะต้องเป็นการเห็นที่ติดต่อกันไปทุกขณะจิต** เพราะการเห็นแจ้งที่ว่านี้ ในเมื่อติดต่อกันไปเป็นเวลานาน ๆ ก็จะทำให้การเห็นแจ้งที่ว่าตัวเรา

ไม่มี ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของว่างเปล่าชัดขึ้นโดยลำดับ ซึ่งในเวลาเดียวกัน ทุกขณะที่เห็นแจ้งก็จะทำให้ตัณหาอุปาทานและอวิชาค่อย ๆ คลายตัวออกมากขึ้นโดยลำดับ มันเหมือนกับสามีที่รักภรรยามาก หรือภรรยาที่รักสามีมาก ในเมื่อได้เห็นการกระทำที่ไม่ดีของอีกฝ่ายหนึ่งบ่อย ๆ ก็จะทำให้ความรักคลายออกโดยลำดับ การเห็นเพียงครั้งเดียวหรือสองสามครั้ง ความรักถึงแม้จะคลายออกแต่ก็อาจจะไม่หมด ทั้งนี้ก็สุดแล้วแต่พื้นเดิมมีความรักมากหรือน้อยแค่ไหน ถ้าหากรักมากก็ต้องใช้เวลานาน จะต้องเห็นความไม่ดีบ่อย ๆ แต่ถ้าความรักที่มีอยู่ไม่สู้จะเหนียวแน่นเท่าไรนัก การเห็นความไม่ดีของอีกฝ่ายหนึ่งเพียงครั้งหรือสองครั้ง ก็ย่อมจะตัดความรักได้หมดสิ้น ไม่มีเยื่อใยต่อกันอีกเลย

โดยธรรมดาคนเรารักตัวเองยิ่งกว่าใครทั้งหมด การเห็นแจ้งที่ว่าตัวเราไม่มี โดยปกติคนทั่วไปก็ยอมรับ แต่ถึงกระนั้น ความยึดถือก็ไม่คลายออก เพราะความรักในเรื่องตัวตนนั้นเหนียวแน่นที่สุด ลึกซึ้งที่สุด และ

ด้วยเหตุนี้เองพระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า จงมีสติมองดูโลกให้เห็นเป็นของว่างเปล่าอยู่เสมอทุกขณะจิต แปลว่าการเห็นแจ้งที่ว่านี้จะต้องติดต่อกันไปเป็นเวลานาน ซึ่งจะนานแค่ไหนก็สุดแล้วแต่พื้นของความยึดถือ บางคนพอเกิดความรู้สึกขึ้นมาว่าตัวเราที่แท้จริงไม่มี ก็อาจจะหลุดพ้นไปเลย เหมือนอย่างพระพาหิยะซึ่งพระพุทธเจ้าสอนว่า :-

ดูก่อนพาหิยะ เมื่อเธอเห็นอะไร ก็จงสักแต่ว่าเห็น ได้ยินอะไร ก็จงสักแต่ว่าได้ยิน รู้อะไร ก็จงสักแต่ว่ารู้ ครั้นแล้วตัวเธอก็จะไม่มี นั่นแหละคือที่สุดแห่งความพ้นทุกข์

พระพาหิยะก็ดี พระโมฆราชก็ดี ก็คือคนที่พื้นเดิมจวนจะหลุดพ้นอยู่แล้ว ความยึดถือเรื่องตัวตนมีน้อย เพราะฉะนั้น เมื่อท่านเกิดความเห็นแจ้งขึ้นมาเพียงชั่วแว็บหนึ่งก็ทำให้ท่านหลุดพ้นไปได้เลย ส่วนคนธรรมดาทั่วไป จงพิจารณาดูว่า *เพราะเหตุไร ทั้งที่ก็รู้อยู่ว่าตัวเราไม่มี แต่ก็หลุดพ้นไม่ได้ ?*

เรื่องความว่าง ถ้าหากไม่เข้าใจรายละเอียดต่าง ๆ เป็นอย่างดีแล้ว ก็จะทำให้เห็นว่าเรื่องนี้ใคร ๆ ก็ปฏิบัติได้ แต่ความเป็นจริงแล้ว มันเป็นเรื่องที่ยากที่สุด การสอนให้เข้าใจนั้นง่าย แต่การที่จะสอนให้ปล่อยวางได้จริง ๆ นั้นยากที่สุด

การเข้าถึงความว่างหรือการทำใจให้ว่าง เป็นสิ่งที่มีคุณค่าสูงที่สุด ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **นิพพานเป็นธรรมสูงสุด** หรืออีกแห่งหนึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่า **แม้จะเป็นราชาแต่ผู้เดียวในผืนปฐพี หรือจะได้ไปเกิดในสวรรค์หรือแม้จะได้เป็นใหญ่ในโลกทั้งปวง นั่นก็ยังไม่ประเสริฐเท่ากับผลของการบรรลุถึงโสดา** การบรรลุถึงโสดาหมายถึงการเริ่มได้พบกับกระแสของนิพพาน โสดา ตามศัพท์แปลว่า **กระแส** ซึ่งในที่นี้หมายถึง กระแสนิพพาน นี่แปลว่าเพียงแต่การเริ่มได้พบกับความว่าง พบกับความสงบอันประณีต เพราะละสักกายทิฏฐิได้ เพียงแค่นี้ก็ยังประเสริฐกว่าการเป็นจักรพรรดิ์ ซึ่งมีอำนาจเหนือโลกทั้งปวง เราลองนึกดู

ให้ดีว่า การเข้าถึงความว่างเป็นสิ่งที่ยากเพียงไร คนที่สอนเรื่องนี้ควรจะวางรากฐานให้ถูกต้อง และจะต้องรู้ถึงข้อเท็จจริงต่าง ๆ ว่า เพราะเหตุไรคนส่วนมาก จึงทำใจให้ว่างไม่ได้แม้แต่เพียงชั่วขณะ ผู้สอนที่ไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้ มันก็จะเหมือนกับว่าบุคคลผู้ไม่ใช่เป็นหมอ เมื่อได้เห็นคนป่วย แล้วจะไปแนะนำหรือไปออกคำสั่งให้โรคของเขาหาย ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยากแม้ในเรื่องโรคที่ไม่ร้ายแรง

ในเรื่องความว่างก็เหมือนกัน ถ้าคนไหนทำใจให้ว่างได้ย่อมเป็นของประเสริฐโดยแน่แท้ แต่ปัญหาสำคัญมันอยู่ตรงที่ว่าคนส่วนมากทำไม่ได้ ทำไมจึงทำไม่ได้ ขอให้ดูตัวอย่างง่าย ๆ เช่นสิ่งของบางอย่างในเมื่อมันแตกหักเสียหาย หรือถูกเขาโกงเขาขโมยเอาไป ทั้งที่เขาก็รู้อยู่ว่าเอาคืนมาไม่ได้ เขาควรจะเลิกคิดถึงเรื่องนี้ได้ แต่บางคนทำไม่ได้ ถึงแม้ของนั้นจะมีค่าเพียงเล็กน้อย ความรักความเสียดาย ความยึดถือทำให้อดคิดถึงเรื่องนี้ไม่ได้ บางคนก็บ่นอยู่เสมอจนคนอื่นรำคาญ

นี่คือตัวอย่างของคนที่ทำใจให้ว่างไม่ได้จากเรื่องซึ่งไม่มีประโยชน์ ก็ในเมื่อแม้แต่เรื่องอย่างนี้ซึ่งเป็นเรื่องง่าย ๆ บางคนยังทำไม่ได้ เพราะฉะนั้น ไม่ต้องพูดถึงการปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตน เขายังอยู่ห่างไกลเหลือเกิน ขอให้สังเกตดูว่า โดยเหตุผลเขาก็รู้อยู่ว่าของนี้เอาคืนมาไม่ได้แล้ว แต่ก็ยังอดคิดไม่ได้ ในทำนองเดียวกัน เราทั้งหลายรู้กันอย่างดีว่า **ตัวเราไม่มี มีแต่ตัวตนที่สมมติ** ซึ่งตัวตนที่ว่านี้ในที่สุดก็จะแตกสลาย สูญหายไปหมด ทางที่ถูกควรจะปล่อยวาง เพราะถ้าปล่อยวางได้ ก็ทำให้จิตใจสบายมาก และเราทุกคนก็ต้องการความสบาย ทั้งที่รู้อยู่อย่างนี้แต่ก็ปล่อยวางไม่ได้

คนบางคนปล่อยวางได้ง่ายมากเกี่ยวกับของที่แตกหักหรือสูญหาย เขามักจะพูดเสมอว่า **ช่างมันเถอะ เอาคืนไม่ได้แล้ว ทำให้ดีเหมือนเก่าไม่ได้แล้ว** เมื่อคิดได้เช่นนี้เขาก็ปล่อยวาง คือเลิกคิดในสิ่งเหล่านี้ได้ ทำใจให้ว่าง คือขับไล่ความคิดเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้ออกไปได้หมด ขอให้สังเกตว่า **ที่เขาทำได้ มันไม่ใช่ขึ้นอยู่กับ**

การใช้เหตุผลอย่างเดียว แต่มันขึ้นอยู่กับพื้นการเสียสละ คนไหนซึ่งในอดีตเคยเสียสละสิ่งของเงินทอง เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่นมามาก ให้เปล่า ๆ โดยไม่หวังผลตอบแทน เมื่อให้แล้วก็สบายใจมีปีติโสมนัสที่เกิดจากการให้ คนที่มีนิสัยอย่างนี้ เขาจะปล่อยวางเรื่องสิ่งของได้ง่ายมาก แต่จะได้แค่ไหน นั่นย่อมขึ้นอยู่กับสิ่งของที่เขาเคยให้มา คนที่เคยให้แต่ของเหลือใช้ตนเองไม่ต้องการแล้ว เขาก็จะปล่อยวางได้เฉพาะแต่ของอย่างนี้ แต่ถ้าคนไหนเคยเสียสละสิ่งของซึ่งตนเองยังต้องใช้อยู่ และยังรักอยู่มากให้แก่ผู้อื่นด้วยความเต็มใจได้ การปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องของรักก็จะทำได้ง่าย ส่วนผู้ที่ไม่เคยหัดในเรื่องนี้มาย่อมทำไม่ได้ การปล่อยวางที่เกี่ยวกับเรื่องตัวตน ย่อมหมายถึงการปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องชื่อเสียง ความสุข ความสะดวกสบายตลอดถึงการเสียสละชีวิต คนที่จะทำใจให้ว่างในเรื่องตัวตนได้จริง ๆ จะต้องเป็นคนที่เคยหัดเสียสละเกี่ยวกับเรื่องชื่อเสียง ความสุข ความเจริญ รวมทั้งเสียสละชีวิตเพื่อผู้อื่นมาแล้วมากมาย อย่าลืมว่า การเสียสละที่จะ

เป็นพื้นฐานของการปล่อยวางนั้น จะต้องทำด้วยความเต็มใจ และไม่หวังผลตอบแทนคือเป็นการให้เปล่า ๆ

คนบางคนมีนิสัยเสียสละ ชอบช่วยเหลือบุคคลอื่นแต่ก็ต้องมีผลตอบแทนบางอย่าง เช่นจะต้องได้ชื่อเสียง จะต้องได้เกียรติยศ จะต้องได้รับความรัก ความเคารพนับถือ ความกตัญญู การช่วยเหลือ อะไรต่าง ๆ ทำนองนี้ ไม่เช่นนั้นเขาก็ไม่เสียสละ การทำบุญเพื่อหวังไปเกิดในสวรรค์ หรือหวังความร่ำรวยในชาติหน้าตราบใด ทุกครั้งที่ตนเองทำบุญถ้ายังหวังผลเช่นนี้ การปล่อยวางที่แท้จริงก็ย่อมมีไม่ได้ แต่**อย่างไรก็ตาม คนที่ทำบุญโดยไม่หวังผลจากผู้ที่ตัวเองให้นั้น นับว่าเป็นบันไดเบื้องต้น ที่จะนำไปสู่การปล่อยวางในขั้นสูง คือในขั้นที่ทำใจให้ว่างได้จริง ๆ** เพราะถ้าไม่มีหวังอะไรเสียเลย เขาก็ทำอะไรไม่ได้ เพราะฉะนั้น การทำบุญหวังสวรรค์ หรือหวังอะไรในชาติหน้า จึงจำเป็นจะต้องสอน แม้แต่พระพุทธเจ้าเองก็ทรงสอน ซึ่งเราจะทราบได้จากเรื่องอนุปุพพีกถา

กล่าวคือสำหรับบุคคลที่จิตใจยังไม่สูงพอ ครั้งแรกจะทรงสอนเกี่ยวกับเรื่องทานเรื่องศีล แล้วจะทรงสอนถึงเรื่องสวรรค์ เพื่อทรงชี้ให้เห็นว่า คนที่บริจาคและถือศีลนั้น จะได้ไปเกิดในสวรรค์ และในเมื่อเกิดมาเป็นคนก็จะได้รับความสุขความเจริญอย่างนั้นอย่างนี้ และถ้าคนไหนพื้นจิตใจเขามีเพียงแค่ระดับนี้ พระองค์ก็จะทรงสอนเพียงแค่นี้ แต่ถ้าคนไหนพื้นจิตใจสูงกว่านี้ พระพุทธเจ้าก็จะทรงชี้ให้เห็นโทษของกามและอานิสงส์ของการออกจากกาม นี่ก็คือตัวอย่างของการสอนให้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างที่ตัวเองรักใคร่พอใจ

การพูดถึงความว่างเป็นของง่าย แต่การปฏิบัติเป็นสิ่งที่ยากที่สุด ทั้งนี้ก็เพราะเหตุที่คนส่วนใหญ่พื้นการเสียสละยังมีไม่พอ เพราะฉะนั้นการสอนเกี่ยวกับเรื่องความว่างแก่คนทั่วไปนั้น ก็คือการสอนให้คนเสียสละ และวิธีการสอนเกี่ยวกับเรื่องนี้ ก็ต้องใช้อุบายกันมากมาย จะเริ่มต้นสอนให้คนเราเสียสละ โดยไม่ให้เขาหวังผลตอบแทนอะไรเลยนั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้.

- ๒ -

ประโยชน์ของการเข้าถึงนิพพาน

** ข้าพเจ้า ได้เขียนบทความเรื่องความว่างมาแล้วตอนหนึ่ง ลงในเดือนธันวาคม ๒๕๑๔ ตอนนี้เป็นตอนที่สอง คนที่สนใจธรรมอยู่เสมอย่อมจะได้ยินได้ฟังคำนี้บ่อย ๆ แต่เท่าที่สังเกตดูรู้สึกว่าใคร ๆ ก็มักจะเข้าใจว่า เรื่องการทำใจให้ว่างนั้นเป็นสิ่งที่ยาก บางคนก็เห็นว่าเป็นเรื่องเป็นไปไม่ได้ ความจริงเรื่องนี้ปฏิบัติได้โดยไม่ยาก และสามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ด้วย ถ้าศึกษาให้ถูกทาง ข้อสำคัญหัวข้ออันแรกของแต่ละตอน พยายามจำให้ได้ จึงจะสามารถเข้าใจเรื่องนี้ได้ง่าย และเข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้นโดยลำดับ*

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๑ มกราคม ๒๕๑๕

ที่นี่สงบ ที่นี่ประณีต ณ ที่นี้เองเป็นที่สร้างความเมา เป็นที่กำจัดความกระหายเป็นที่ถอนความอาลัย เป็นที่ตัดวัฏฏะ เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่หน่ายราคะ เป็นที่ดับสนิท นี่คือนิพพาน

ข้อความที่กล่าวมานี้ได้แปลมาจากบาลีบทหนึ่ง ซึ่งเป็นบทที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า ใครก็ตามในเมื่อจิตได้เข้าถึงนิพพานแล้ว หรือเพียงแต่เริ่มได้สัมผัสกับนิพพานเท่านั้น ทุกคนก็จะมีความรู้สึกตรงกันหมดว่าในแดนหรือในภาวะที่เรียกว่านิพพานนั้น เป็นที่สงบอันประณีต และด้วยการเข้าถึงภาวะอันนี้เองจึงได้รู้แจ้งแก่ใจว่า ภาวะอันนี้เท่านั้นที่ทำให้สร่างความเมา ทำให้ดับความกระหายหรือความดิ้นรนทุกอย่าง ทำให้ตัดความอาลัยหรือความเสียดายในสิ่งของ หรือในบุคคลอันเป็นที่รัก ในเมื่อได้พลัดพรากจากกันอย่างนี้เป็นต้น ขอให้พยายามอ่านข้อความที่ได้อ้างมานี้จนกระทั่งขึ้นใจ แล้วจะทำให้เข้าใจความหมายของคำว่า บรรลุถึงนิพพานชัดเจน และขอได้โปรดจำไว้ให้แม่นว่า **การที่จะ**

ทำใจให้ว่างได้ก็ต่อเมื่อได้เข้าถึงภาวะอันนี้เท่านั้น และภาวะอันนี้ทุกคนจะเข้าถึงได้ หรือจะได้พบทันทีก็ในขณะที่ละสักกายทิฏฐิ คือความเข้าใจผิดเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้เท่านั้น แต่อย่าลืมเป็นอันขาดว่า การละสักกายทิฏฐิไม่ได้ขึ้นอยู่กับความรู้เพียงอย่างเดียว แต่หากขึ้นอยู่กับพื้นของการเสียสละดังที่เคยอธิบายมาแล้วในฉบับก่อน และคำว่าการทำใจให้ว่าง หรืออีกนัยหนึ่ง การบรรลุถึงนิพพานนั้นก็ไม่ได้หมายความว่า *ใจจะต้องว่างจากความรู้สึกนึกคิดทั้งปวง จึงจะเรียกว่าว่าง* แท้ที่จริงผู้ที่เข้าถึงความว่างก็สามารถที่จะมีความรู้สึกนึกคิดได้เช่นเดียวกับคนทั่วไป แต่ก็มีประเด็นที่แตกต่างกันดังนี้ :-

ปุถุชนโดยทั่วไป ย่อมตกเป็นทาสแห่งความรู้สึกนึกคิดของตน อย่างที่เราพูดกันว่าอดคิดไม่ได้ อดเสียใจไม่ได้ อดโกรธไม่ได้ หรือในเวลานั่งสมาธิก็ควบคุมใจไม่ได้อย่างนี้เป็นต้น คนที่ดื่มเหล้าเพราะติดจะไม่ดื่มอยู่ไม่ได้ ส่วนคนที่ดื่มเหล้าแต่ไม่ติด ที่ดื่ม

ก็เพื่อต้องการจะศึกษาหรือเพื่อต้องการที่จะรู้อะไรบางอย่าง ถึงแม้เขาจะดื่มเหมือนกับคนที่ติด แต่เราก็จะเห็นว่ามีลักษณะบางอย่างแตกต่างกันมาก คือคนที่ติดเมื่อถึงเวลาหรือมีสิ่งยั่วเย้า จะบังคับตัวเองไม่ให้ดื่มไม่ได้ ถึงแม้จะถูกกักขังถูกบังคับมิให้ดื่ม ก็บังคับได้แต่เพียงร่างกาย ส่วนใจก็จะคิดถึงแต่เหล้าอยู่เสมอ ส่วนคนที่ไม่ติดเมื่อคิดว่าจะไม่ดื่ม ก็ไม่ดื่มจริง ๆ และใจก็ไม่ข้องไม่ติดอยู่กับเหล้า จะเลิกคิดเมื่อไรก็ทำได้ ส่วนคนที่ติดเมื่อถึงเวลาที่เคยดื่ม ถึงแม้จะมีธุระยุ่งอยู่กับอะไรก็ตาม ก็อดที่จะคิดถึงเรื่องเหล้าไม่ได้ นี่คือข้อที่แตกต่างกัน คนที่ติดเหล้าเรียกว่าใจไม่ว่างจากเหล้า ส่วนคนที่ไม่ติดถึงแม้จะนึกถึงเหล้าหรือถึงแม้จะดื่ม แต่ใจของเขาก็ไม่ติด คือพร้อมที่จะปล่อยวางได้ตลอดเวลา ความผิดหวังเกี่ยวกับเรื่องเหล้าจะไม่กระทบกระเทือนจิตใจอะไรเลย ส่วนคนที่ติดถ้าไม่ได้ดื่มเหล้าชนิดที่ต้องการ ก็เกิดความหงุดหงิดหรือบางทีก็เกิดความโกรธ ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า คนที่ดื่มเหล้า

เพราะติด ใจย่อมไม่ว่าง ส่วนคนที่ดื่มแต่ไม่ติด ใจย่อมว่างอยู่เสมอ ว่างในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าต้องไม่มีความรู้สึกนึกคิดใด ๆ จึงจะเรียกว่าว่าง

สิ่งที่คนเรายึดมั่นมากที่สุด และนึกถึงอยู่เสมอไม่ค่อยลืม ก็คือร่างกายของเรา และความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ที่แสดงออกมา เรายึดถือว่าเป็นตัวเราหรือของของเรา ความผิดหวังใด ๆ เกี่ยวกับเรื่องร่างกาย เกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดย่อมจะก่อให้เกิดความทุกข์ได้เสมอ ส่วนผู้ที่ปล่อยวางได้แล้วร่างกายมันจะเป็นอย่างไรไม่เป็นห่วง ในความหมายอย่างนี้ก็เรียกว่าใจว่าง หรือพูดอีกนัยหนึ่งก็คือ **วางได้แล้ว ทั้งที่ถือไว้อยู่** คนที่ไม่เข้าใจเรื่องนี้มักจะเข้าใจผิดว่า คำว่าทำใจให้ว่างหรือเข้าถึงความว่าง หมายถึงในใจจะต้องไม่มีความรู้สึกอะไรเหลืออยู่ ซึ่งอันที่จริงความเข้าใจที่ว่านี้ก็ไม่ผิดทีเดียว เพราะโดยธรรมดาถ้าใจบรรลุถึงนิพพานจริง ๆ ใจก็ว่างคือไม่มีความรู้สึกนึกคิดใด ๆ อยู่ชั่วขณะหนึ่ง หรือพูดอีกนัยหนึ่งว่า ออกจากนามรูปได้ และความรู้สึกนึกคิด

ที่ดับไปนั้น ก็เป็นอันดับไปจริง ๆ ไม่ใช่ดับแบบสลบหรือนอนหลับสนิทหรือเข้าสมาธิลึกจนไม่รู้สึกตัวไม่รู้สึกถึงอะไรทั้งสิ้น หรือหลับเพราะถูกสะกดจิต การดับในลักษณะนี้ใจไม่ว่าง คือจะต้องเกาะหรือยึดอยู่ในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเสมอ ส่วนการดับในลักษณะที่เข้าถึงนิพพานนั้น ใจไม่ได้เกาะเกี่ยวอยู่กับอารมณ์ใด ๆ เลย เป็นอิสระอย่างเต็มที่

แต่ก็ขอได้โปรดจำไว้ว่า การดับหรือการเข้าถึงนิพพานในขั้นของพระโสดาบัน หรือในขณะที่ไม่ได้เข้านิโรธสมาบัตินั้น ดับเพียงชั่วขณะเท่านั้น แต่ถึงจะดับได้เพียงชั่วขณะ ก็สามารถทำให้ได้พบกับความสงบอันประณีต และในเมื่อเข้าถึงความสงบอันประณีตนี้แล้ว ใจก็จะไม่ติดอยู่ในสิ่งต่าง ๆ คือสิ่งต่าง ๆ จะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรก็ตาม ความรู้สึกก็จะไม่เปลี่ยนไปตามสิ่งแวดล้อม เป็นตัวของตัวเอง มีความอิสระในตัวเอง คนที่เข้าถึงนิพพานหรือเข้าถึงความสงบอันประณีต จิตใจของเขาจะไม่เป็นเหมือนนุ่นที่ลอยไปตามกระแส

ลม จะไม่เป็นเหมือนกับสวะซึ่งลอยไปตามกระแสน้ำ

สิ่งที่คนเราต้องการกันมากที่สุดก็คือ ทำอย่างไรเราจึงจะมีความสบายใจ ความเบิกบานใจ ความแจ่มใสอยู่เสมอ ท่านรู้หรือเปล่าว่า ผู้ที่จะมีจิตเป็นเช่นนี้ได้เสมอ ก็ต่อเมื่อใจของเขาไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ต่าง ๆ เพราะถ้ายังตกเป็นทาสของอารมณ์ ก็แปลว่า ใจของเราผูกติดอยู่กับอารมณ์นั้น ๆ เมื่ออารมณ์เปลี่ยนไปอย่างไร ใจก็ต้องเปลี่ยนตาม แต่ถ้าหากใจของเราเข้าถึงนิพพาน หรือเข้าถึงความสงบอันประณีตแล้วก็จะเหมือนกับน้ำค้างบนใบบัว ซึ่งโดยธรรมดามันจะไม่ติดอยู่กับใบบัว เพราะที่ผิวของใบบัวมีนวลซึ่งทำให้น้ำไม่ซึม จิตใจของคนที่เข้าถึงนิพพานหรือเข้าถึงความว่าง ก็จะเหมือนกับน้ำค้างบนใบบัว คือพร้อมที่จะปล่อยวางอยู่ตลอดเวลา ไม่ข้องไม่ติดอยู่ในอารมณ์ใด ๆ

เพราะฉะนั้นคำว่า **ว่าง** ในความหมายอันหนึ่งก็คือ แม้จะมีความรู้สึกนึกคิดถึงสิ่งนั้นสิ่งนี้ แต่ก็ไม่ติด

อยู่ในสิ่งเหล่านั้น เพราะพร้อมที่จะปล่อยว่างอยู่เสมอ อีกนัยหนึ่งหมายถึง การทำใจให้ว่างจากอารมณ์ทุกอย่าง คือในใจไม่มีความรู้สึกนึกคิดใด ๆ ในใจไม่มีอารมณ์หรือไม่มีเรื่องอันใดผ่านเข้าไป อย่างนี้ก็เรียกว่าว่าง คนที่จะได้ชื่อว่าเข้าถึงความว่างได้แล้วนั้น ถ้าเขาต้องการจะหยุดความรู้สึกนึกคิดเมื่อใด เขาจะทำได้ทันทีโดยไม่ยาก อารมณ์ค้างความกดดันต่าง ๆ ไม่มีเหลืออยู่ในจิตใจเลย

คนที่ศึกษาเรื่องนิพพาน ถ้าศึกษาไม่ถูกวิธีก็มักจะเข้าใจผิดว่า คนที่มีธุระยุ่งอยู่เสมอ ต้องรับผิดชอบในหน้าที่ต่าง ๆ ต้องใช้ความนึกคิดใช้สติปัญญาอยู่ตลอดเวลา ไม่เช่นนั้นก็ทำงานอะไรไม่ได้ คนประเภทนี้เราจะไปสอนให้เขาทำใจให้ว่างได้อย่างไร เพราะแม้แต่พระพุทธเจ้าหรือพระอรหันต์ทั้งหลายเมื่อยังมีชีวิตอยู่ก็ต้องทำงานและเมื่อทำงานใจก็ย่อมไม่ว่าง เพราะฉะนั้นการทำใจให้ว่างไม่น่าจะเป็นไปได้ เพราะผิดวิสัยธรรมดา และบางคนก็เข้าใจผิดมาก เพราะไปเข้าใจว่า คนเรา

จะเข้าถึงนิพพานได้ก็ต่อเมื่อตายไปแล้ว หรือบางคนก็เข้าใจว่าเขาไม่อยากเข้าถึงนิพพาน เพราะเมื่อเข้าถึงนิพพานแล้ว ตายแล้วก็สูญหมดไม่มีอะไรเหลือไม่มีตัวตน ไม่รู้ไม่เห็นไม่มีความรู้สึกนึกคิดใด ๆ ผู้ที่เข้าใจเรื่องนิพพานอย่างนี้ส่วนมากจะไม่สนใจเรื่องนิพพานเลย

อนึ่ง เมื่อพูดถึงว่า **ผู้ที่หลุดพ้น หรือผู้ที่เข้าถึงความว่าง ย่อมจะไม่ยึดถืออะไรเลย** อันนี้ก็ยังมีคนเป็นอันมากเข้าใจไม่ถูก เพราะเขาคิดว่าถ้ายังยึดถืออยู่ก็แปลว่ายังทำใจให้ว่างไม่ได้ แต่ความเป็นจริง พระอรหันต์ทุกองค์ก็มีการยึดถือ และบางอย่างก็ยึดถืออย่างจุกจิก ยึดถืออะไรต่าง ๆ อย่างมากมายยิ่งกว่าปุถุชนเสียอีก คนที่ไม่เข้าใจเรื่องนี้อย่างถูกต้องก็เลยเข้าใจว่า คนเราจะต้องมีการยึดถืออยู่เสมอ เพราะถ้าไม่ยึดถืออะไรเลยก็จะกลายเป็นคนไม่มีหลัก และจะอยู่ร่วมในสังคมกับคนอื่นไม่ได้ เช่นถ้าต้องการจะแก้ผ้าหรือจะแต่งตัวให้วิตถารหรือจะทำอะไรก็ตาม ผู้ที่ไม่ยึดถือก็แปลว่าเขาทำได้เสมอในเมื่อต้องการจะทำ แต่

ความเป็นจริงพระอรหันต์ทุกองค์จะไม่ทำอะไรวิตถาร หรือจะไม่ทำอะไร เพื่อจะอวดว่าท่านไม่ยึดถือ แต่ตรงกันข้าม ท่านจะต้องยึดถือในเรื่องระเบียบประเพณีหรือวัฒนธรรมอันดีงาม จะไม่ทำอะไรตามอารมณ์ แต่ถึงกระนั้นก็เรียกว่า ท่านปล่อยวางได้ ทำใจให้ว่างได้ ทั้งนี้ก็เพราะสิ่งต่าง ๆ ที่ท่านยึดถือเอาไว้นั้น ไม่ว่ามันจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร ก็ไม่กระทบกระเทือนจิตใจของท่าน ตัวอย่างเช่นเราเองเป็นคนแต่งตัวเรียบร้อย แต่งตัวตามแบบฉบับที่ถือกันว่าเป็นสิ่งที่ดีงามและถูกต้อง แต่ในเมื่อไปเห็นคนอื่นที่แต่งตัวนำสมัยหรือแต่งตัววิตถารเราจะรู้สึกไม่พอใจ หรือรู้สึกขวาง ส่วนพระอรหันต์ท่านก็จะรู้สึกเฉย ๆ ถึงแม้ท่านจะบอกว่าทำอย่างนี้ไม่ดี แต่ความโกรธหรือความเกลียด หรือความไม่พอใจชนิดที่ทำให้เกิดความขุ่นมัวก็จะไม่มี นี่แหละคือความหมายของคำว่าทำใจให้ว่างหรือเข้าถึงความว่าง

ขอให้สังเกตให้ดีว่า **การที่ท่านไม่ติดอยู่ใน**

อารมณ์ใด ๆ ทั้ง ๆ ที่ท่านก็มีการยึดถืออย่างนั้นอย่างนี้นั้น ก็เนื่องมาจากความรู้สึกที่แท้จริง หรือความรู้สึกส่วนลึกที่เป็นพื้นฐานของความรู้สึกนึกคิดที่แสดงออกมานั้น ท่านรู้สึกอยู่ตลอดเวลาว่า สิ่งทั้งปวงไม่มีจริง เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏให้เห็น หรือที่รู้หรือที่เข้าใจว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ความจริงแท้ ๆ ไม่ได้เป็นอย่างที่เห็นหรืออย่างที่เข้าใจ การที่ท่านทำใจให้ว่างได้ ก็เพราะท่านเข้าถึงสัจธรรมดังที่กล่าวมานี้ เพราะฉะนั้น จึงทำให้ไม่ติดอยู่ในสิ่งต่าง ๆ แต่ก็อย่าลืมว่าถ้าได้ชื่อว่าเข้าถึงจริง ๆ แม้เพียงขณะเดียว ความรู้สึกอันนั้นจะประทับใจไปตลอดไม่มีลืม ความรู้สึกที่ว่า สิ่งทั้งปวงไม่มีจริง ตัวเราไม่มีจริง เพราะทุกสิ่งทุกอย่างเมื่อมีเกิดก็ต้องมีดับ ความรู้สึกอันนี้จะเข้ามาแทนที่ความรู้สึกยึดถือในเรื่องตัวตน กล่าวคือ ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาแล้ว ไม่ว่าจะเป็นเวลาหลับหรือเวลาตื่น ไม่ว่าจะทำอะไรอยู่ หรือสนใจอยู่กับอะไร จะไม่มีขณะไหนเลยที่จะไม่รู้สึกว่าร่างกายเป็นตัวเราหรือเป็นของของเรา

ความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ก็ถือว่าเป็นตัวเราหรือเป็นของของเรา ความรู้สึกอันนี้จะฝังใจอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นไม่ว่าจะนึกคิด จะพูดหรือจะทำอะไร ก็ทำเพื่อตัวเรา คือทำเพื่อร่างกาย ทำเพื่อสนองความปรารถนา ความต้องการที่เข้าใจว่าเป็นของของเรา การดิ้นรนของปุถุชน ไม่ว่าจะเป็นไปในทางที่สุจริตถูกต้องดีวิเศษสักปานใด เขาก็ทำเพื่อตัวตนที่เขาเข้าใจว่าเป็นตัวเขาจริง ๆ

ส่วนผู้ที่หลุดพ้นหรือเข้าถึงความว่างได้แล้วนั้น ความรู้สึกที่ว่าทำให้ตัวเราไม่มี เพราะรู้สึกอยู่ตลอดเวลาว่าตัวเราไม่มี แต่ถ้าจะมีการยึดถือว่าตัวเรามีอยู่ ก็ยึดถือได้เพียงอย่างเดียวคือตัวตนที่เป็นวิบาก แต่ถึงกระนั้นท่านก็รู้สึกอีกว่า แม้แต่ตัวตนที่เป็นวิบาก ซึ่งเป็นผลที่เกิดจากกรรมก็เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้ สิ่งใดมีการเกิด สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับ และสิ่งใดเมื่อดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้เปลี่ยนแปลงได้ สิ่งนั้น มันจะเป็นตัวเราหรือเป็น

ของของเราขึ้นมาได้อย่างไร

อีกประการหนึ่งอย่าลืมว่า ถ้าเข้าถึงความว่าง หรือเข้าถึงนิพพานจริง ๆ จะต้องได้พบกับความสงบอันประณีต ซึ่งเป็นความสงบที่สูงกว่าประณีตกว่าดีกว่าความสงบใด ๆ ที่เกิดจากสมาธิและวิปัสสนา คือถึงแม้จะได้ฌานขั้นสูงสุด เจริญวิปัสสนาได้แก่กล้ามาก ความสงบที่มีอยู่แม้จะประณีต หรือสูงสุดอย่างไร มันก็ยังเปลี่ยนแปลงได้ไม่อยู่ตัว และโดยเฉพาะก็คือกิเลสต่าง ๆ ที่มีอยู่ในสันดานยังละไม่ได้จริง ๆ เพียงแต่ระงับหรือข่มมันไว้ไม่ให้มันแสดงออกมาชั่วระยะเวลาหนึ่ง ส่วนความสงบในขั้นนิพพานที่เรียกว่าเป็นความสงบอันประณีตก็เพราะเป็นความสงบที่สูงสุดอยู่ตัว ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามอารมณ์ ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพของร่างกายถึงแม้ตายแล้วจะเกิดอีกความสงบที่เคยมีก็ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม และยิ่งกว่านั้น **ด้วยการเข้าถึงความสงบอันนี้เท่านั้น กิเลสต่าง ๆ ในสันดานจึงจะละได้โดยเด็ดขาด** ซึ่งอันไหนที่ละได้แล้ว

มันจะไม่เกิดขึ้นมาอีก ไม่ว่าในกรณีใด ๆ

ขอให้สังเกตว่า ความสุขที่เกิดจากสมาธิและวิปัสสนานั้น เราอาศัยการข่มหรือการไม่นึกถึงอารมณ์ที่ก่อให้เกิดกิเลส และในเวลาเดียวกัน เราจะต้องพยายามนึกถึงหลักธรรมอยู่เสมอ แต่ถ้าเข้าถึงความสงบอันประณีตแล้ว ลักษณะที่ว่านี้ไม่มีเลย และที่แตกต่างกันอย่างชัดเจนอีกอย่างก็คือ ความสงบอันประณีตจะพบได้ทันที หรือสัมผัสได้ทันทีในขณะที่ละสักกายทิฏฐิได้ การละสักกายทิฏฐิได้เท่านั้น จึงจะเป็นพื้นฐานเบื้องต้นให้เข้าถึงความสงบอันประณีต และอย่าลืมว่า ความรู้เพียงอย่างเดียวช่วยให้ละสักกายทิฏฐิไม่ได้ ผู้ที่จะละได้จริง ๆ จะต้องอาศัยพื้นของการเสียสละที่ทำมานานจนกระทั่งกลายเป็นนิสัย และต้องเคยเสียสละมาแล้ว แม้กระทั่งชีวิตเพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่น ขอให้คิดดู ถ้าคนไหนจะบำเพ็ญแต่เพียงศีลภาวนา และบารมีข้ออื่น ๆ แต่ไม่บำเพ็ญทาน-บารมี ข้อนี้ยังไม่ได้ทำอย่างเพียงพอ ยังไม่ได้ปฏิบัติใน

ขั้นปรมัตถบารมี เขาจะสามารถบรรลุถึงนิพพานได้หรือไม่ ? ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า การเสียสละเท่านั้นที่จะเป็นพื้นฐานตั้งแต่ต้นไปจนถึงที่สุด ผู้ที่สักแต่ว่าพูดหรือสอนคนอื่นแต่ตัวเองไม่หัดเสียสละ มีแต่จะเก็บเกี่ยวผลงานที่ตัวเองทำได้ คนประเภทนี้ย่อมไม่มีหวังที่จะได้บรรลุถึงนิพพานอย่างแน่นอน.

- ๓ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องมีความเมตตาอย่างลึกซึ้ง

* ผู้ใดมีปกติอยู่ด้วยความเมตตา เป็นผู้เห็นภัยของกิเลส เป็นผู้เลื่อมใสในพุทธศาสนา ผู้นั้นจะพึงบรรลุถึงทางที่สงบ ซึ่งเป็นที่ดับของสังขารทั้งหลาย

อันนี้เป็นพุทธพจน์อีกบทหนึ่ง ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสกับภิกษุ จากพุทธพจน์บทนี้จะทำให้เราได้แง่คิดอีกอย่างหนึ่งว่า ผู้ที่จะเข้าถึงนิพพานซึ่งเรียกในที่นี้ว่าทางอันสงบนั้น จะต้องมีพื้นจิตใจประกอบไปด้วยความเมตตาอยู่เสมอ และทั้งจะต้องเห็นภัยหรือเห็นโทษของกิเลสด้วย ข้าพเจ้าได้เคยพูดมาบ่อยครั้งว่า

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๕

การละสักกายทิฏฐิ ซึ่งผู้ที่ละได้ก็หมายถึงเริ่มเข้าถึงนิพพานนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความรู้อย่างเดียว แต่ยังขึ้นอยู่กับพื้นของการเสียสละ เพราะการเสียสละทุกอย่างเป็นการหัดปล่อยวาง ก่อนที่เราจะปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้ เราจะต้องหัดปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องวัตถุสิ่งของที่เรายึดถือว่า เป็นของของเรา เช่นบริจาคเงินทำบุญหรือให้เสื้อผ้าให้อาหารแก่ผู้ที่ไม่มีจะกินจะใช้ อย่างนี้ก็ถือว่าเป็นการฝึกหัดการปล่อยวาง และการปล่อยวางด้วยการบริจาคทาน หรือด้วยการเสียสละแบบนี้ จะค่อย ๆ ทำให้ผู้ที่บริจาคเห็นประโยชน์ของการเสียสละมากขึ้นทีละน้อย เพราะว่า **คนเราถ้าไม่เคยหัดทำอะไร ก็จะไม่รู้ถึงประโยชน์ของการกระทำสิ่งนั้น** อานิสงส์ของการบริจาคไม่เพียงแต่จะทำให้ผู้บริจาคมีความสบายใจ มีความปีติโสมนัสเกิดขึ้นเท่านั้น หากแต่การบริจาคทุกอย่างย่อมเหมือนกับการหว่านพืช ซึ่งถ้าหากเราจะกินเสียทั้งหมดจากจำนวนที่เราปลูกได้ เราก็ไม่มีพืชที่จะปลูกต่อไป ผลที่ได้รับก็คือได้กินเพียง

คราวเดียว ต่อไปไม่มีจะกิน ส่วนผู้ที่บริจาคเมื่อเขาได้หว่านพืชของเขาไว้อีก ก็ย่อมจะได้เก็บเกี่ยวพืชที่ปลูกไว้ เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า การบริจาคหรือการเสียสละเป็นทางเบื้องต้นที่จะหัดให้คนเรามีการปล่อยวาง ซึ่งในเมื่อทำบ่อย ๆ ทำมากขึ้น การเห็นอานิสงส์ของการเสียสละก็จะมีมากขึ้นโดยลำดับ จนกระทั่งในที่สุดเขาก็จะมองเห็นความจริงว่า **การที่คนเราจะมีตัวตนที่สมบูรณ์ มีความเป็นอยู่อย่างสุขสบายจริง ๆ ก็ต่อเมื่อต้องเสียสละได้ทุกอย่าง แม้กระทั่งชีวิตทรัพย์สมบัติสิ่งของทั้งหมดไม่มีเหลือ** เราเคยหัดทำอย่างนี้มาบ้างแล้วในอดีตชาติ และในปัจจุบันชาตินี้เราก็ทำอีก เราจึงจะสามารถละสักกายทิฏฐิ คือความเข้าใจผิดเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้

ผู้ที่มีปกติอยู่ด้วยความเมตตา ก็คือ **ผู้ที่ไม่โกรธไม่เกลียดใคร ไม่ว่าใครเขาจะทำความเดือดร้อนหรือทำความเสียหายอะไรให้ก็ตาม และในเวลาเดียวกันก็มีความเป็นมิตร มีความรักความเอ็นดู ความ**

ปรารถนาดีต่อมนุษย์และสัตว์ทั่วไป ท่านจงวิเคราะห์ดูว่า กว่าเราจะมีนิสัยอย่างนี้เกิดขึ้นจริง ๆ ถ้าหากเราไม่เคยหัดเสียสละ คือการให้ด้วยความเมตตากรุณา จิตใจจะมีความเมตตาอยู่เสมอ เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ เพราะคนที่ไม่มีนิสัยเสียสละย่อมจะไม่มีความรู้สึกว่าการให้ได้นำความสดชื่น ความแจ่มใสและประโยชน์อันใดบ้างมาให้ ส่วนคนที่เคยหัดมาบ่อย ๆ ย่อมจะรู้สึกซึ้ง ขอให้สังเกตว่าถ้าเราได้เลี้ยงสัตว์ตัวใดก็ตาม ในเมื่อเราเลี้ยงมันด้วยความรักใคร่เอ็นดู ไม่คิดที่จะทำร้ายมัน เราจะพบว่า เรามีความรักต่อสัตว์ชนิดนั้นมากขึ้น จนกระทั่งในที่สุด แม้เราจะเคยฆ่าสัตว์อื่นมาแล้วก็ตาม แต่สำหรับสัตว์ที่เราเลี้ยง เราฆ่าไม่ลง เด็กของคนอื่นแม้จะเป็นลูกศัตรู แต่ถ้าเราได้เลี้ยงมาตั้งแต่เล็ก ๆ เราก็อดที่จะมีความรักความเมตตาปรานี เหมือนกับที่เราให้แก่ลูก ๆ ของเราไม่ได้ ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า **การที่จะปลูกฝังนิสัยเมตตาให้เกิดขึ้นในสันดานของเรานั้นจะต้องมีการเสียสละ** การแผ่เมตตาโดยไม่มีการกระทำ สักแต่

ว่าคิดในใจนั้นถึงแม้จะมีอานิสงส์อยู่บ้าง แต่ก็ย่อมจะไม่ลึกซึ้งอะไร นิสัยเมตตาจะเกิดขึ้นจริง ๆ ไม่ได้ การแผ่เมตตาจะต้องกระทำไปพร้อม ๆ กับการบริจาคจึงจะได้ผล

ปัญหามีอยู่ว่า *คนที่ไม่มีความเมตตากรุณาอย่างเพียงพอ จะสามารถบรรลุถึงนิพพานได้หรือไม่ ?*

การบรรลุถึงนิพพานหมายถึงการบรรลุถึงความว่างหรือความเป็นอิสระ คือใจไม่เกาะเกี่ยวไม่ติดอยู่ในสิ่งใด ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงเปรียบไว้ว่า เหมือนน้ำค้างบนใบบัว เหมือนเมล็ดพันธุ์ผักกาดบนปลายเข็ม ประโยชน์ของการเข้าถึงความว่างมีอยู่อย่างไรบ้าง ได้เคยอธิบายมาแล้ว แต่เพื่อให้ท่านจำหลักเอาไว้สำหรับพิจารณาก็ขอได้โปรดจำหลักดังต่อไปนี้

พระพุทธเจ้าทั้งหลายย่อมกล่าวว่า นิพพานเป็นธรรมสูงสุด คือแปลว่า ไม่มีสัจธรรมอันใดที่จะสูงยิ่งไปกว่านิพพาน การเข้าถึงนิพพานในความหมาย

อีกอันหนึ่งก็คือ **การเข้าถึงความไม่ตาย** ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ความไม่ประมาทเป็นทางให้ถึงซึ่งอมตะคือนิพพาน** การบรรลุถึงนิพพานหลักสำคัญอยู่ที่การละความยึดถือที่ผิด ๆ เกี่ยวกับเรื่องตัวตน หรือพูดอีกนัยหนึ่ง ปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้ ความเป็นห่วงตัวเองไม่มี ก็ในเมื่อการบรรลุถึงนิพพาน ย่อมขึ้นอยู่กับการละความยึดถือในเรื่องตัวตนหรือปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนเช่นนี้ ผู้ที่ไม่เคยเสียสละให้อะไรแก่ผู้อื่นเปล่า ๆ โดยไม่ต้องการผลตอบแทน และที่ให้ก็เพราะมีความเมตตากรุณา เพราะมีความเคารพนับถือ เพราะมีความกตัญญู ผู้ที่ไม่เคยให้อะไรแก่ผู้อื่นในลักษณะดังที่กล่าวมาก็หมายความว่า แม้แต่วัตถุสิ่งของอันเป็นของนอกกายยังละไม่ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ เขาจะละความยึดถือเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้อย่างไร เพราะมันเหมือนกับคนบางคนที่รู้อยู่ว่า การบริจาคเป็นสิ่งที่มีประโยชน์แต่เขาก็ไม่บริจาค ที่ไม่บริจาคก็เพราะนิสัยเสียสละมีไม่พอ ในทำนองเดียวกัน คนที่รู้ว่าตัวเราไม่มี

แต่ก็ไม่อาจจะปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้ ยังเป็นห่วงตัวเองอยู่เสมอ ทั้งนี้ก็เพราะพื้นของการเสียสละมีไม่พอนั่นเอง และอย่าลืมว่า **คนที่จะปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้ จะต้องเคยเสียสละแม้กระทั่งชีวิตเพื่อผู้อื่นมาแล้ว** แปลว่าการบริจาคทานหรือการบำเพ็ญทานบารมีนั้น จะต้องทำให้ได้ถึงขั้นปรมัตถบารมี จึงจะสามารถปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนได้

ผู้ที่มีจิตใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความเมตตากรุณา ได้เห็นโทษของกิเลสอยู่เสมอนั้น ย่อมแสดงให้เห็นถึงว่า **พื้นของการปล่อยวางมีอยู่อย่างมากมาย และพื้นอันนี้จะเกิดขึ้นมาได้** ก็ต่อเมื่อต้องเคยหัดเสียสละมาแล้วอย่างมากมาย อย่าลืมว่า เมื่อเราเลี้ยงสัตว์แม้ว่าสัตว์ที่เราเลี้ยงนั้นจะสามารถใช้เป็นอาหารได้ แต่ผู้ที่เลี้ยงมันมาตั้งแต่เล็ก ๆ ส่วนมากก็ฆ่ามันไม่ลง เพราะความเมตตากรุณา เพราะฉะนั้น การปลูกฝังนิสัยให้มีเมตตากรุณาเกิดขึ้นจะคิดแต่เพียงในใจเท่านั้นไม่พอ จะต้องมีการกระทำด้วย

อันคนที่มีนิสัยมีเมตตากรุณาอย่างลึกซึ้งนั้น ในเมื่อมาเข้าใจว่า ตัวเราไม่มี เขาก็พร้อมที่จะปล่อยวางได้ และเมื่อปล่อยวางได้ เขาก็จะได้พบกับสัจธรรมที่จะทำให้เขารู้สึกว่า บัดนี้เขาอยู่เหนือความตาย เอาชนะความตายได้แล้ว ทั้งนี้เพราะอะไร? ก็เพราะผู้ที่เข้าถึงนิพพานทุกคนย่อมรู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องชีวิตต่าง ๆ ด้วยตัวเขาเอง เป็นการรู้ชนิดที่มีความแน่ใจอย่างยิ่ง ไม่มีความสงสัยหรือความลังเลใด ๆ เหลืออยู่ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า **พระเสขะจักรู้แจ้งซึ่งแผ่นดินนี้ พระเสขะจักรู้แจ้งซึ่งยมโลก ซึ่งโลกนี้พร้อมทั้งเทวโลก** พระเสขะก็คือบุคคลที่เป็นพระอริยบุคคลตั้งแต่ขั้นพระโสดาบันขึ้นไป แต่ไม่ถึงขั้นพระอรหันต์ เพราะพระอรหันต์เรียกว่า **อเสขะ** ซึ่งแปลว่า**จบการศึกษาแล้ว** ส่วน **เสขะ** แปลว่า **ยังจะต้องศึกษาอยู่** แต่ก็เป็นนักศึกษาที่ได้มาตรฐานแล้ว เพราะผู้ที่เป็นพระเสขะนั้น ในเมื่อเกิดความรู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องอะไรก็ตาม ความรู้อันนั้นจะไม่มีวันลบเลือนไปจากจิตใจ แม้ตายแล้ว

เกิดมาอีกก็ไม่ต้องไปตั้งต้นใหม่ เพราะความรู้ที่มีอยู่นั้นก็ยังคงมีอยู่เสมอ

หลักสำคัญของการบรรลุถึงสัจธรรมที่ทำให้แน่ใจว่า บัดนี้เราเอาชนะความตายได้แล้วนั้น ก็เพราะมีความแน่ใจว่า ตัวเราเกิดมาจากความต้องการของเราเอง (ตณฺหา โปโนพฺภวิกา) **และเราจะเป็นอะไรย่อมขึ้นอยู่กับวิบากของเรา** ฉะนั้น ถ้าหากเราต้องการที่จะมีชีวิตยืนยาวตลอดไป ต้องการมีชีวิตนิรันดร เราก็แน่ใจว่าเราจะมีชีวิตอันนี้สมความประสงค์ และจะมีอยู่อย่างสมบูรณ์ไม่มีความเดือดร้อนใด ๆ หรือในเมื่อต้องการจะออกไปจากนามรูป ต้องการจะเป็นอิสระจากนามรูปโดยเด็ดขาด ก็สามารถที่จะทำได้ **ทุกอย่างเกิดจากใจ สำคัญที่ใจ เมื่อรักษาใจให้เป็นสุขอยู่เสมอ ไม่มีความทุกข์ใด ๆ เกิดขึ้นนั่นย่อมหมายถึงว่า บัดนี้จิตใจของเรามีความสมบูรณ์แล้ว และเมื่อจิตใจมีความสมบูรณ์ ทุกอย่างก็จะสมบูรณ์**

ขอได้โปรดเข้าใจว่า ทุกคนพร้อมที่จะรู้แจ้งหรือ

เข้าถึงความจริงดังที่กล่าวมานี้ ถ้าหากมีการปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องร่างกาย และปล่อยวางเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างที่มีอยู่ในขณะนี้ได้ เพราะร่างกายและจิตใจที่เรารู้จักอยู่ในขณะนี้ ทุกอย่างล้วนแต่ไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงได้ ดับได้ สูญสิ้นได้ เราจะรู้แจ้งในสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ก็ต่อเมื่อต้องปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องตัวตนอันไม่เที่ยงนี้ อันไม่ใช่ตัวเราหรือของของเราอย่างแท้จริงนี้ ต้องปล่อยวางตัวตนอันนี้ได้ จึงจะเข้าถึงสัจธรรมอันนั้นได้ ถ้ายังปล่อยวางไม่ได้ ก็ไม่อาจที่จะมีความซาบซึ้งในสัจธรรมดังที่กล่าวมา ผู้ที่มีความเมตตากรุณาเป็นนิสัยประจำ การปล่อยวางในเรื่องตัวตนย่อมเป็นสิ่งที่ทำได้ง่าย เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า :-

ผู้ที่มีปกติอยู่ด้วยความเมตตา เห็นภัยของกิเลสเลื่อมใสในคำสอนของพระพุทธเจ้า จะพึงบรรลุถึงทางอันสงบ ซึ่งเป็นที่ดับของสังขารทั้งหลายได้.

- ๔ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องเอาชนะใจตนเองได้

* ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอจงวิดเรือนี้ เพราะเรือที่วิดน้ำออกแล้วจะถึงฝั่งได้เร็ว และเมื่อตัดราคะและโทสะได้แล้ว ต่อจากนั้นก็จะถึงนิพพาน

การบรรลุถึงนิพพาน หมายถึงบรรลุถึงความว่างความเป็นอิสระ คือใจไม่เกาะเกี่ยว ไม่ติดอยู่ในสิ่งใด ๆ เมื่อปล่อยอารมณ์หรือความคิดอันใดได้แล้ว ความรู้สึกนึกคิดในเรื่องนั้นก็จะแห้งสนิทไปจากใจทันที ไม่มีอารมณ์ค้างหรือความกดดันเหลืออยู่ ผู้ที่เข้าถึงนิพพานจะสามารถทำใจอย่างนี้ได้เสมอในทุกเหตุการณ์

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๓ มีนาคม ๒๕๑๕

อีกนัยหนึ่ง **การบรรลุถึงนิพพาน** หมายถึงการเข้าถึงสัจธรรม กล่าวคือ ในเมื่อใจเป็นอิสระจากอารมณ์จากความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างได้จริง ๆ แล้ว ต่อจากนั้น **ความรู้แจ้งจากภายในก็จะหลั่งไหลออกมา** ซึ่งความรู้แจ้งที่ว่านี้ เป็นความรู้แจ้งที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัส เป็นความรู้แจ้งที่ไม่ตกอยู่ใต้อิทธิพลของตัณหาและอุปาทาน เป็นความรู้แจ้งที่ถูกต้องตามความเป็นจริง และสำหรับผู้ที่เข้าถึงภาวะอันนี้ได้แล้ว ไม่ว่าจะเห็นอะไร ได้ยินอะไร หรือรู้อะไรก็ตาม ความหลงผิดในเรื่องนั้น ๆ จะไม่มีอยู่เลย ซึ่งผิดจากคนธรรมดาที่จิตใจยังไม่เป็นอิสระ ยังเข้าไม่ถึงนิพพานนั้น ไม่ว่าจะเห็นอะไรหรือได้ยินอะไร หรือจะรู้อะไรก็ตาม ถึงแม้ความรู้อันนั้นจะเป็นความรู้ที่ผ่านการทดสอบผ่านการพิสูจน์มาแล้วอย่างความรู้ในทางวิทยาศาสตร์ แม้กระนั้น ความรู้ที่ว่านี้ก็ก่อให้เกิดความหลงผิดได้ทุกเรื่อง

ตัวอย่างเช่น นักวิทยาศาสตร์ที่มีความรอบรู้ในทางชีววิทยาอย่างลึกซึ้ง และกว้างขวาง โดยได้เรียนรู้ถึง

ชีวิตของสัตว์ต่าง ๆ นับตั้งแต่สัตว์เซลล์เดียวจนกระทั่งถึงชีวิตมนุษย์ *แต่แล้ว นักวิทยาศาสตร์ประเภทนี้ ทั้งที่ได้เห็นข้อเท็จจริงที่ว่า ส่วนต่าง ๆ ของสิ่งที่มีชีวิตและพฤติกรรมทุกอย่างมีความหมาย แต่เขาก็ไม่อาจที่จะรู้ว่า ข้อเท็จจริงต่าง ๆ เหล่านี้ ก็คือข้อพิสูจน์ที่แสดงให้เห็นว่า ชีวิตทั้งหลายเกิดมาจากวิญญาณของตน* แทนที่จะเข้าใจอย่างนี้ นักวิทยาศาสตร์ทั้งหลายกลับเข้าใจไปว่า วิญญาณเป็นผลของชีวิต เหมือนกับแรงงานหรือกำลังขับเคลื่อนของเครื่องจักร ซึ่งเกิดจากเครื่องจักรนั่นเอง เพราะฉะนั้นในเมื่อเครื่องจักรเสียกำลังขับเคลื่อนเหล่านี้ก็หมดสิ้นไป นักวิทยาศาสตร์ส่วนมากเข้าใจว่า ความรู้สึกนึกคิดทั้งหลายเป็นผลของสมอง ฉะนั้นเมื่อคนเราตาย เซลล์ประสาทในสมองตาย ความรู้สึกนึกคิดทั้งหลายก็อันตรธานสูญหาย เขามองไม่เห็นว่า แม้คนเราตายแล้ว วิญญาณก็ยังอยู่ และวิญญาณนี่แหละคือ ตัวการที่จะสร้างชีวิตขึ้นมาอีก และนักวิทยาศาสตร์ส่วนมากก็มักจะเชื่อว่า

ต้นกำเนิดของมนุษย์มาจากสัตว์เซลล์เดียวที่ค่อย ๆ วิวัฒนาการขึ้นมาโดยลำดับ เขามองไม่เห็นว่า **ต้นกำเนิดของชีวิตทั้งมวลก็คือสภาพของชีวิตที่เป็นโอปปาติกะ**

เพราะในโลกของโอปปาติกะนั้นมีทุกอย่าง อะไรที่มีอยู่ในโลกมนุษย์ ในโลกของโอปปาติกะก็มีทั้งนั้น และยิ่งกว่านั้นสภาพของวัตถุและสภาพของชีวิตอีกหลายอย่าง ซึ่งมีอยู่เฉพาะแต่ในโลกของโอปปาติกะส่วนในโลกมนุษย์ยังไม่มี แม้กระทั่งสัตว์ที่สูญพันธุ์ไปจากโลกมนุษย์ แต่เราก็สามารถที่จะค้นพบในโลกของโอปปาติกะได้ ความรู้ต่าง ๆ เหล่านี้ สำหรับคนที่มีความยึดมั่นในความรู้ที่เรียนมาหรือในประสบการณ์ที่ผ่านมา ปล่อยวางไม่ได้ เขาจะไม่มีทางเข้าใจมองไม่เห็น คิดอย่างไรก็ไม่อาจที่จะเข้าใจได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับคนที่รู้จักปล่อยวางแม้ในขั้นพื้น ๆ ได้ เช่นผู้ที่สามารถเข้าสมาธิได้ ทำใจให้ว่างจากความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ได้ ซึ่งทำได้เพียงชั่วคราว แต่แม้กระนั้นเขาก็ยังสามารถที่จะหยั่งรู้ได้ว่า ชีวิตที่ลึกล้ำซึ่งตา

ธรรมดามองไม่เห็นนั้นมีอยู่อย่างแน่นอน ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่มีจิตใจเป็นอิสระได้จริง ๆ อย่างน้อยก็เป็นพระโสดาบันนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า :-

พระเสขะจักรู้แจ้งซึ่งชีวิตนี้ พระเสขะจักรู้แจ้งซึ่งยมโลก ซึ่งโลกนี้พร้อมทั้งเทวโลก

ขอได้โปรดเข้าใจว่า ทุกคนสามารถที่จะรู้แจ้งเรื่องเหล่านี้ด้วยตนเอง พร้อมทั้งมีความแน่ใจด้วย ทั้งนี้ก็เพราะเป็นหลักธรรมดาที่ว่า **เมื่อสามารถทำใจให้เป็นอิสระจากความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ได้ ทำใจให้เป็นอิสระจากความอยากและความยึดถือต่างๆ ได้ ความรู้แจ้งจากภายในก็จะเกิดขึ้นเอง** เหมือนคนที่ตาบอดมาตั้งแต่กำเนิด จะด้วยวิธีใดก็ตามเมื่อตาหายบอดแล้ว เขาก็พร้อมที่จะเห็นแจ้งสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ เหมือนกับที่คนอื่นเห็น

ความยุ่งยากเกี่ยวกับการที่จะศึกษาเรื่องนิพพานก็คือ คนส่วนมากไปเข้าใจแต่เพียงว่า *การบรรลุถึงนิพพานหมายถึงตายแล้วไม่เกิดอีก* ซึ่งความหมาย

อันนี้คนทั่วไปไม่สนใจ เพราะไม่เห็นประโยชน์ และยังขัดกับสามัญสำนึกของคนทั่วไปอีก เพราะโดยธรรมดาทุกคนรักชีวิต อยากจะมีชีวิตอยู่ตลอดไป ไม่อยากตาย และอะไรซึ่งตัวเองพอใจรักใคร่ ก็อยากจะมีสิ่งนั้นอยู่เสมอ เพราะฉะนั้นในเมื่อสอนว่า นิพพานคือการตายแล้วไม่เกิด จึงได้ขัดกับความรู้สึกของคนทั่วไป ด้วยเหตุนี้ข้าพเจ้าจึงได้พยายามที่จะอธิบายความหมายในแง่อื่น ๆ ซึ่งเป็นความหมายเบื้องต้น ความหมายขั้นพื้นฐานที่จะต้องเข้าใจกันอย่างแจ่มแจ้งเสียก่อน

อนึ่ง ถึงแม้จะเคยพูดมาแล้วบ่อยครั้ง แต่ก็ใคร่ที่จะพูดอีกว่า **การบรรลุถึงนิพพานนั้น ต้องบรรลุในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ไม่ใช่หลังจากตาย** และต้องสามารถพิสูจน์ได้ว่า การบรรลุถึงนิพพานมีประโยชน์ต่อชีวิตประจำวันอย่างไร และมีประโยชน์ต่อคนอื่น ๆ อย่างไร เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงได้เน้นบ่อยครั้งว่า **การบรรลุถึงนิพพานหมายถึงการบรรลุถึงความว่างความเป็นอิสระซึ่งในเมื่อเข้าถึงได้แล้ว ก็จะทำให้เกิด**

ความรู้แจ้งจากภายใน ซึ่งความรู้แจ้งที่ว่านี้เป็นความรู้แจ้งที่ถูกต้องตามความเป็นจริง และพร้อมที่จะเกิดถ้าหากใจของเราว่างและเป็นอิสระจริง ๆ

คนที่สามารถเข้าสมาธิได้ ทำใจให้สงบได้ บางคนจะรู้สึกว่าจิตใจสบายปลอดโปร่ง จะนึกคิดอะไรก็ว่องไว เข้าใจอะไรก็ง่าย ความจำก็ดีขึ้น เพียงแค่นี้เราก็ได้รับประโยชน์มากมายแล้ว แต่ขอให้สังเกตว่า **คนที่เข้าสมาธิได้ ก็คือคนที่ทำใจให้ว่างจากนิวรณ์ทั้งห้าได้** และถ้าหากสมาธิสูงขึ้นไปอีก ก็สามารถที่จะทำใจให้ว่างจากความนึกคิด ซึ่งคนที่ทำได้ก็หมายถึงว่า กำลังจะพ้นไปจากอิทธิพลของประสาทสัมผัส พ้นจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม แต่ถึงกระนั้น ก็ต้องคอยบังคับเผลอไม่ได้

และอีกอย่างหนึ่ง ถ้าหากในใจมีปีติและสุข ก็แปลว่า ตัณหาอุปาทานยังมีอยู่ยังไม่สงบจริง ๆ ใจยังไม่เป็นอิสระจริง ๆ ต่อเมื่อสามารถเข้าสมาธิได้ถึงฌานขั้นที่ ๔ ซึ่งในฌานนี้ปีติและสุขไม่มี จิตเป็นอุเบกขา

กับเอกัคคตาเท่านั้น ในขณะนี้ใจบริสุทธิ์มากเพราะสงบจากตัณหาอุปาทาน แต่นี่ก็หมายความแต่เพียงว่าจิตบริสุทธิ์และเป็นอิสระแต่เพียงจิตสำนึกเท่านั้น ส่วนจิตไร้สำนึกคือภวังคจิตนั้น ยังคงมีตัณหาอุปาทานและพร้อมที่จะเกิด หรือถึงแม้มันจะไม่เกิด มันก็มีอิทธิพลครอบงำจิตสำนึก ทำให้รู้แจ้งอริยสัจรู้แจ้งธรรมอื่น ๆ ได้ไม่ดีพอ คือถึงจะเข้าใจอย่างไร ก็ยังไม่ลึกซึ้ง ต่อเมื่อตัณหาอุปาทานในสันดานเหลือน้อยเจือจางมาก นั่นแหละจึงจะเริ่มรู้สึกจริง ๆ ว่า การเกิดเป็นทุกข์ ตัณหาเป็นตัวการซึ่งทำให้ต้องเกิดอีก นี่คือต้นเหตุแห่งความทุกข์ การดับตัณหาเสียได้ คือความพ้นทุกข์ และจะดับตัณหาได้ก็ต่อเมื่อปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ได้อย่างบริบูรณ์ ความรู้แจ้งเช่นนี้ ไม่ใช่ความเข้าใจ แต่หากเป็นความรู้สึกที่แจ่มแจ้งมาจากภายใน เป็นความรู้สึกประทับใจอย่างยิ่ง ด้วยความรู้สึกอันนี้เท่านั้นจึงจะสามารถละกิเลสได้

คนที่จะบรรลุถึงนิพพานหรือเข้าใจนิพพาน

อย่างแจ่มแจ้ง ต้องสามารถเข้าสมาธิได้ เพราะผู้ที่เข้าสมาธิได้นั้นย่อมรู้แจ้งด้วยตัวเองว่า ใจที่เป็นอิสระ ใจที่หลุดพ้นจากตัณหาอุปาทาน ใจที่ไม่เกาะเกี่ยว ไม่ติดอยู่ในอารมณ์ใด ๆ นั้น มีประโยชน์อย่างไร สำหรับผู้ที่เข้าสมาธิได้ ย่อมจะเข้าใจถึงความจริงดังที่กล่าวมาด้วยตัวเองอย่างแจ่มแจ้งทีเดียว เพราะฉะนั้น จิตใจจึงน้อมไปเพื่อที่จะละตัณหาอุปาทานให้ขาดจากสันดาน เพื่อต้องการจะให้ใจได้เป็นอิสระอย่างเต็มที่ ไม่ต้องคอยระมัดระวัง ไม่ต้องคอยควบคุมกันอีกต่อไป ขอให้สังเกตว่า :-

คนที่ทำสมาธิได้แม้ในขั้นต้น ๆ เขาก็จะเริ่มเข้าใจด้วยตัวเองว่า ตัวเราเป็นผลที่เกิดมาจากวิญญาณ จากวิบากต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ในวิญญาณ

หรือพูดอีกนัยหนึ่ง เขาจะเข้าใจอย่างลึกซึ้งว่า :-

ตราบใดที่เรายังต้องการมีชีวิต ชีวิตจะต้องมีอยู่ตลอดไป แต่จะเป็นไปในแบบไหน ดีชั่วอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับวิบาก

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพานจะต้องเข้าใจความจริงดังที่กล่าวมานี้อย่างแจ่มแจ้งก่อน ขอพูดสั้น ๆ ว่า คนที่จะบรรลุถึงนิพพานนั้น ก่อนอื่นจะต้องมีความแน่ใจว่า :-

ตัวเราแท้ ๆ นั้นไม่มี มีแต่ตัวตนที่เป็นวิบาก ซึ่งตัวตนอันนี้มันจะมีอยู่ตลอดไป ในเมื่อเราต้องการที่จะให้มันมีอยู่ ใคร ๆ ก็ไม่สามารถจะฆ่าหรือทำลายได้ ศาสตราอาวุธ ยาพิษหรือเครื่องประหารใด ๆ ก็ไม่อาจจะทำอันตรายได้

ขอได้โปรดจำไว้ว่า ผู้ที่บรรลุถึงนิพพานได้จริง ๆ นั้น จะต้องเข้าใจและมีความเชื่อมั่นในหลักดังที่กล่าวมานี้อย่างแจ่มแจ้ง และการที่เขาเริ่มรู้สึกว่า ความเกิดเป็นทุกข์ก็เพราะมองเห็นว่า ถ้ายังอยากจะเกิด ยังอยากที่จะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ตัณหาก็จะหมดไปจากสันดานไม่ได้ และเมื่อตัณหายังมีอยู่ ใจก็จะเป็นอิสระอย่างเต็มที่ไม่ได้ และจะพ้นทุกข์จริง ๆ ก็ไม่ได้ หลักสำคัญก็คือ คนที่จะเห็นว่าตัณหาคือต้นเหตุแห่งความทุกข์นั้นก็ต่อเมื่อเขาได้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งมาแล้วว่า ตัณหานี่

แหละคือตัวการที่ทำให้ต้องเกิดอีก ถ้ายังไม่เข้าใจ ยังไม่แน่ใจว่า ชีวิตเกิดขึ้นจากความต้องการของเราเอง ก็เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ที่จะเห็นโทษของตัณหาอย่างลึกซึ้ง การเห็นโทษของตัณหาหมายถึงมองเห็นว่า ถ้าใจยังเกาะเกี่ยว ยังติด ยังปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ไม่ได้อย่างเด็ดขาด ใจก็เป็นอิสระอย่างแท้จริงไม่ได้ และเมื่อใจไม่เป็นอิสระอย่างสมบูรณ์ การที่จะรู้แจ้งสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ก็ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้

อนึ่ง สำหรับคนที่บรรลุถึงนิพพาน เขาย่อมจะมองเห็นชัดว่า ความรู้ที่มาจากประสาทสัมผัส ไม่ว่าจะโดยวิธีใด ๆ หรือถึงแม้จะมีเครื่องมือช่วยให้การเรียนรู้ทางประสาทสัมผัสกว้างขวางลึกซึ้งแจ่มแจ้งมากสักเพียงไรก็ไม่อาจที่จะรู้แจ้งในสิ่งต่าง ๆ อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ขอให้สังเกตว่า คนที่ต้องการจะละตัณหานั้น ความรู้สึกมิได้ไปหนักหน่วงอยู่ที่ต้องการไม่อยากเกิด จุดที่เขาสนใจจริง ๆ ไม่ใช่อยู่ที่จุดนี้ แต่อยู่ที่เขารู้แจ้งว่า :-

ใจของเขาจะเป็นอิสระได้อย่างเต็มที่ ก็ต่อเมื่อไม่ต้องการที่จะเกิดอีก ไม่ต้องการที่จะเป็นอะไร ไม่ต้องการที่จะมีอะไร แต่ต้องการที่จะออกไปจากนามรูป ต้องการที่จะให้วิญญาณดับสนิทโดยไม่มีความกดดันอยู่ภายใน ต้องการเข้าถึงความว่างอย่างสมบูรณ์

เพราะต้องการอย่างนี้จึงได้มองเห็นว่า การเกิดเป็นความทุกข์ ความอยากเกิดหรืออยากที่จะมีตัวตนคือต้นเหตุแห่งความทุกข์ การดับความอยากทุกอย่างให้หมดสิ้นไป คือความพ้นทุกข์ เราจะพ้นทุกข์ได้ ก็ต่อเมื่อต้องปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เท่านั้น ทางอื่นนอกจากนี้ไม่มีเลย

อนึ่ง ได้เคยอธิบายมาแล้วว่า พระโสดาบันก็คือบุคคลที่ได้เริ่มรู้แจ้งว่านิพพานคืออะไร ? การเข้าถึงนิพพานมีประโยชน์อย่างไร ? แต่ถึงกระนั้นก็ยังพอใจที่จะมีตัวตน ยังอยากที่จะมีนามรูป ยังไม่เบื่อที่จะมีนามรูป แต่ก็เบื่อที่จะมีนามรูปหรือมีตัวตนชนิดต่ำช้าชนิดที่ไม่มีคุณธรรม ชนิดที่ตกเป็นทาสของอารมณ์

หรือสิ่งแวดล้อม และจะต้องประสบกับความทุกข์ต่าง ๆ อีกมากมาย ตัวตนอย่างนี้ไม่ต้องการ มันเหมือนกับว่าครั้งหนึ่งเราเคยเป็นสุนัขหรือเคยเป็นแมว แต่มาบัดนี้เราได้เกิดมาเป็นคนแล้ว และจำได้ว่าเราเคยเกิดเป็นสุนัขหรือเคยเป็นแมว ซึ่งคนที่ว่านี้ถึงแม้จะรู้อยู่ว่าครั้งนั้นตนมีการอยู่ดีกินดี เจ้าของรักใคร่เอาใจใส่อย่างดี แต่ก็ไม่ปรารถนาที่จะเกิดเป็นสุนัขหรือเป็นแมวอีกไม่ว่าในกรณีใด ๆ แต่ในเวลาเดียวกันก็ยังพอใจในความเป็นมนุษย์ ยังอยากที่จะเกิดเป็นมนุษย์อีกต่อไป พระโสดาบันก็เช่นเดียวกัน เป็นผู้ที่ไม่ปรารถนาตัวตนชนิดต่ำช้า ชนิดที่จะนำไปสู่อบายภูมิ แต่ก็ยังพอใจในตัวตนที่ประณีต ตัวตนที่มีความสมบูรณ์ ไม่ต้องทุกข์ยากลำบากเหมือนเมื่อก่อน ซึ่งตัวตนเช่นนี้ท่านมองเห็นและก็แน่ใจว่าจะต้องได้ เพราะเหตุนี้ พระโสดาบันจึงยังต้องเกิดอีก แต่ก็จะไม่เกิดในอบายภูมิเป็นอันขาด

จากที่อธิบายมาแล้ว ท่านเห็นแจ้งแล้วหรือยังว่าการศึกษาในเรื่องนิพพานนั้น จะมามัวศึกษากันแต่ใน

ทางทฤษฎีอย่างเดียว โดยไม่มีการปฏิบัติในทางสมาธิและวิปัสสนาย่อมไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย มีแต่จะก่อให้เกิดการเข้าใจผิด ทำให้มองเห็นสิ่งที่มีค่าสูงสุดกลายเป็นสิ่งที่ไม่มีค่า ทั้ง ๆ ที่ทุกคนก็ปรารถนาที่จะเป็นคนนอนหลับง่ายต้องการที่จะเอาชนะใจตนเอง ต้องการที่จะขับไล่ความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ต้องการออกไปโดยง่าย ต้องการที่จะให้จิตใจปลอดโปร่งเยือกเย็นสบายอยู่เสมอ ต้องการที่พึ่งทางใจชนิดที่มั่นคงยั่งยืนตลอดไป ต้องการความสมบูรณ์ของชีวิต ซึ่งความปรารถนาที่กล่าวมานี้จะสำเร็จได้ก็ต่อเมื่อ เราจะต้องศึกษาและปฏิบัติไปตามทางที่จะนำไปสู่นิพพานเท่านั้น ทางอื่นนอกจากนี้ ถ้าหากจะช่วยได้ ก็เพียงเป็นเพื่อนปลอบประโลมใจชั่วคราวเท่านั้น เพราะไม่สามารถที่จะนำเราไปสู่ความพ้นทุกข์ได้อย่างแท้จริง

ถ้าท่านที่มีศรัทธาต้องการจะบรรลุถึงนิพพานจริง ๆ คือต้องการที่จะทำใจให้เป็นอิสระ ไม่ให้ใจเกาะเกี่ยวติดอยู่ในสิ่งใด ๆ แม้เป็นบางครั้งนั้น ถ้าหาก

ท่านต้องการอย่างนี้จริง ๆ ก็จงพิจารณาถึงหลักปฏิบัติที่ได้กล่าวไว้ในตอนต้นที่ว่า :-

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอจงวิดเรือนี้ เพราะเรือที่วิดน้ำออกแล้ว จะถึงฝั่งได้เร็ว และเมื่อละราคะและโทสะได้แล้ว ต่อจากนั้นก็จะบรรลุถึงนิพพาน

คำว่า **วิดน้ำ** ในคัมภีร์อธิบายว่า **ได้แก่การตัดกามวิตก พยาปาทวิตก และวิหิงสาวิตก** ซึ่งวิตกทั้งสามอย่างนี้ตามหลักมรรคมีองค์ ๘ ถือว่าเป็นมิจฉาสังกัปปะ ความคิดที่ผิด

กามวิตก คนที่หมกมุ่นคิดแต่ในเรื่องความสนุกสนาน เพลิดเพลินในทางกามารมณ์ คิดแต่เรื่องกินเรื่องเที่ยวเรื่องสนุกสนานเฮฮา ความคิดในลักษณะอย่างนี้เรียกว่ากามวิตก ซึ่งตามศัพท์แปลว่า ความนึกคิดในเรื่องกาม ชีวิตของคนธรรมดาทั่วไปส่วนมากจะหมกมุ่นอยู่แต่ในสิ่งเหล่านี้ เพราะฉะนั้นคำว่า วิดเรือจึงหมายถึง ให้พยายามที่จะคิดตัดสิ่งเหล่านี้ออกไปบ้าง พยายามที่จะบรรเทาความรู้สึกนึกคิดในเรื่องเหล่านี้

ให้น้อยลง ไม่เห็นแก่กินแก่เที่ยว ไม่คิดแต่จะแสวงหาความสุขในเรื่องกามารมณ์อย่างเดียว แต่ให้พยายามที่จะฝึกสมาธิเจริญวิปัสสนา คิดแสวงหาความสุขจากความสงบภายใน คิดที่จะชำระใจให้บริสุทธิ์จากราคะตัณหาบ้าง ความคิดอย่างนี้เรียกว่า **เนกขัมมวิตก** ซึ่งตามศัพท์แปลว่า **คิดออกจากกาม** และจัดเป็นสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบอย่างหนึ่ง

พยาปาทวิตก ความคิดพยาบาท คือความคิดที่ประกอบไปด้วยความโกรธแค้น ความเกลียด ความคิดในลักษณะอย่างนี้ ถ้ามีมากก็แปลว่าในเรือมีน้ำมาก ซึ่งถ้าหากมีมากจริง ๆ เรือก็จะล่ม ไปไม่ถึงฝั่ง เพราะฉะนั้นคำว่า วิดเรือ จึงหมายถึงให้พยายามคิดในทางตรงกันข้าม คืออย่าคิดด้วยความโกรธความเกลียด หรือด้วยความอาฆาตพยาบาทต่าง ๆ แต่ให้คิดในทางเมตตา ปรารถนาดีต่อผู้อื่นอยู่เสมอ

วิหิงสาวิตก ความคิดเบียดเบียน คนที่คิดแต่จะเบียดเบียนคนอื่น เอาเปรียบคนอื่น ไม่คำนึงถึงว่า

การกระทำของตนเองจะทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือไม่ ขอให้ตัวเองได้ประโยชน์เป็นใช้ได้ ความคิดในลักษณะอย่างนี้ถ้ามีมากหรือเกิดขึ้นบ่อย ๆ ก็แปลว่า ในเรือมีน้ำมาก ฉะนั้นการวิดน้ำ จึงหมายถึงให้พยายามคิดในทางตรงกันข้าม คือคิดในทางที่จะเกื้อกูลด้วยความกรุณาต่อผู้อื่น

ขอให้สังเกตว่า คนที่ไม่มีพยาปาทวิตก ก็คือคนที่มีความคิดประกอบไปด้วยเมตตา คนที่ไม่มีความคิดเบียดเบียน ก็คือคนที่มีความคิดประกอบไปด้วยความกรุณา ขอได้โปรดจำไว้ว่า คนที่ฝึกสมาธิง่ายนั้นจะต้องเป็นคนที่คิดจะออกจากกาม และไม่คิดที่จะโกรธเคืองใคร ไม่คิดที่จะเบียดเบียนใคร อันนี้ควรจะเป็นข้อสังเกตสำหรับพิจารณาว่า คนประเภทไหนฝึกสมาธิได้ง่าย คนประเภทไหนฝึกสมาธิได้ยาก และดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า ตราบใดที่เรายังเข้าสมาธิไม่ได้ ทำใจให้เป็นอิสระจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ไม่ได้ แม้แต่เพียงชั่วขณะ ก็แปลว่าจะไม่มีทางที่จะรู้ได้ด้วยตัวเองว่า

นิพพานมีคุณค่าสูงเพียงไร และเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์เพียงไร เพราะในเมื่อใจไม่เคยเป็นอิสระแม้เพียงชั่วขณะ ซึ่งยังไม่ใช่เป็นการเป็นอิสระอย่างแท้จริงก็ยังไม่เคยรู้สึกนั้น จึงเป็นไปไม่ได้ที่จะรู้แจ้งว่า นิพพานซึ่งหมายถึงการทำใจให้เป็นอิสระได้อย่างสมบูรณ์นั้น มีคุณค่าสูงเพียงไร มีประโยชน์อย่างไร ด้วยเหตุนี้คนที่ไม่คิดที่จะวิดน้ำ มีแต่จะปล่อยให้เรือรั่ว ปล่อยให้น้ำไหลเข้าไปอยู่เรื่อย ๆ จึงไม่อาจที่จะไปถึงฝั่ง คือนิพพานได้อย่างแน่นอน

อนึ่ง การตัดราคะโทสะ ตามความรู้สึกของคนทั่วไปรู้สึกกันว่าเป็นสิ่งที่ทำไม่ได้ และยังไม่เคยเห็นว่าใครทำได้ด้วย เพราะฉะนั้นจึงไม่คิดละกัน และบางคนกลับเห็นว่ามันเป็นของจำเป็นที่จะต้องมีเสียด้วยซ้ำ เพราะถือว่าเป็นของธรรมดาที่มนุษย์จำเป็นจะต้องมี โปรดจำไว้ว่าผู้ที่เข้าใจแบบนี้ก็คือผู้ที่เป็นมิจฉาทิฏฐิ อันที่จริงในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป เราก็เห็นได้ชัดว่าถ้าหากใครจะมีราคะและโทสะเกิดอยู่ตลอดเวลาก็จะหา

ความสุขไม่ได้เลย จะเป็นเหมือนอยู่ในกองไฟ คนที่ตกนรกในชีวิตประจำวัน เราจะสังเกตได้ง่ายมากจากบุคคลประเภทนี้ โดยเฉพาะผู้ที่มีราคะมาก หมกมุ่นอยู่แต่ในสิ่งเหล่านี้ ไม่ว่าเขาจะทำอะไร จะศึกษาเล่าเรียนอะไร หรือแม้คิดจะทำความดีอะไร ก็ทำไปเพื่อสิ่งเหล่านี้

คนประเภทนี้เราจะเห็นว่า เขามีความสุขมีความร่าเริงก็เฉพาะในเวลาสมความปรารถนาเท่านั้น แต่ไม่มีใครในโลกนี้ ที่ต้องการสิ่งเหล่านี้มาก แล้วจะสมความปรารถนาทุกครั้งเสมอไป **ความรู้สึกในเรื่องนี้ยิ่งตามใจมาก ความผิดหวัง ความไม่สมใจ ความไม่ถูกใจ ก็จะมีมากขึ้นโดยลำดับ** และถ้ายิ่งความผิดหวังมีอยู่นานก็ยิ่งเห็นได้ชัดว่า จิตใจอยู่ในความทุกข์ทรมานอย่างแสนสาหัส เป็นการตกนรกอย่างเห็นได้ชัด และโดยธรรมดาคนที่มีราคะมากโทสะก็ย่อมมากด้วย เว้นไว้แต่จะเป็นคนที่มีพื้นคุณธรรมสูง เช่นความเมตตากรุณาสูง โทสะจึงจะเบาบางลง แต่ถึงอย่างนั้น ถ้าหาก

พื้นแห่งการปล่อยวาง ซึ่งเกิดจากสมาธิและวิปัสสนา มีไม่พอ เพราะไม่เคยอบรมมา หรืออบรมมาน้อย ก็จะกลายเป็นโรคประสาทง่ายที่สุด เพราะว่าจะทนไม่ได้ต่อสิ่งที่ขัดใจแม้เล็ก ๆ น้อย ๆ และจะกลายเป็นคนคิดมาก ตัดความคิดที่ทรมานใจไม่ออก พระพุทธเจ้าเคยตรัสไว้ว่า :-

ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดไม่เห็นโทษของกาม ดื่มด่ำอยู่แต่ในกาม เราย่อมกล่าวว่า ผู้นั้นจะมีคติเป็นสอง คือไม่ไปนรก ก็เป็นสัตว์เดียรัจฉาน

การวิดน้ำในความหมายดังที่กล่าวมา คนทั่วไปควรจะพิจารณาให้มาก ยิ่งเหตุการณ์ทุกวันนี้ซึ่งมีแต่จะยั่วเย้าให้หลงใหลในสิ่งเหล่านี้มากขึ้น ก็ยิ่งต้องพยายามหาทางปลีกตัวออกจากสิ่งเหล่านี้บ้าง อย่างน้อยก็ขอให้คิดว่า คนที่จะมีความสุขมีความเจริญนั้นจะต้องเป็นคนที่มีเวลาว่างจากกิเลสเหล่านี้บ้าง ไม่เช่นนั้นจะทำงานให้ได้ผลจริง ๆ จะศึกษาเล่าเรียนให้ได้ผลจริง ๆ ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ถึงแม้เรารู้สึกว่าไม่อาจจะตัดได้ ก็ขอ

ให้คิดแต่เพียงว่า ทำอย่างไรจึงจะให้มันน้อยลงได้ ไม่ให้มันมีมากเหมือนอย่างที่เราเห็นจากคนอื่นหรือจากตัวเอง ในบางครั้ง แปลว่า แม้เราจะยังไม่คิดไปนิพพาน แต่การวิดน้ำออกจากเรือ คือพยายามตัดกามวิตก พยาปาทวิตก และวิหิงสาวิตกนั้นย่อมเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนโดยแน่แท้.

- ๕ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องได้ฌาน

* ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ไม่มีปัญญา ปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ไม่มีฌาน ผู้ใดมีทั้งฌานและปัญญา ผู้นั้นอยู่ใกล้นิพพาน

โดยปกติคนทั่วไปไม่รู้ว่า คนเราสามารถที่จะเอาชนะความทุกข์ได้หมดทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นความทุกข์ทางกายหรือความทุกข์ทางใจ ซึ่งรวมทั้งสามารถที่จะเอาชนะความยากจน ความขาดแคลน ความอาภัพ ความพิการ ความเจ็บป่วย และทุกข์อื่น ๆ อีกทุกอย่าง การเอาชนะความทุกข์ในความหมายของ

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๔-๕ เมษายน-พฤษภาคม ๒๕๑๕

พุทธศาสนา มิได้มีความหมายแต่เพียงว่า เอาชนะความทุกข์ในทางใจเท่านั้น ขอให้สังเกตว่า **ปัญหาของมนุษย์ชาติที่ใหญ่ที่สุด ซึ่งใคร ๆ ก็คิดว่าเอาชนะไม่ได้ คือความแก่ความเจ็บและความตาย** ปัญหาที่ว่านี้สำหรับคนที่เข้าถึงพุทธศาสนาทุกคนก็จะบอกว่า **แม้ปัญหาอย่างนี้ก็แก้ไขได้เอาชนะได้** เพราะผู้ที่เข้าถึงพุทธศาสนาคือรู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องชีวิตของตน โดยเฉพาะคือรู้แจ้งว่า **ทุกอย่างเกิดมาจากความต้องการของเราเอง กล่าวคือเกิดจากตัณหา** ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ตณฺหาโปโนพฺภวิกา ซึ่งแปลว่า **ตัณหาทำให้เกิดอีก** เพราะฉะนั้น การแก้ปัญหาทุกอย่างถ้าเรามุ่งมาแก้ไขที่จิตใจของตนเองแล้ว ก็จะสามารถแก้ปัญหาได้หมดทุกอย่าง เพราะในเมื่อจิตใจของเรามีความสมบูรณ์แล้ว ทุกอย่างก็จะสมบูรณ์ขึ้นมาเอง

แต่อย่างไรก็ดี การที่จะเข้าใจความจริงดังที่กล่าวมานี้ ไม่ใช่ของง่ายสำหรับคนทั่วไป ทั้งนี้เพราะคนเราโดยทั่วไปใช้แต่ความรู้ที่เกิดจากประสาทสัมผัส

ซึ่งเป็นของจำกัด และถึงแม้ในปัจจุบัน จะมีเครื่องมือช่วยขยายความรู้ทางประสาทสัมผัสได้กว้างขวางขึ้นมากก็จริง แต่ก็ยังไม่มากพอที่จะทำให้เข้าถึงความจริงแท้ ๆ ของชีวิต **เพราะฉะนั้น ตราบใดที่ยังเข้าสมาธิไม่ได้ ยังดับความนึกคิดไม่ได้ ก็จะต้องตกเป็นทาสของความรู้ที่มาจากประสาทสัมผัสอยู่ตลอดเวลา** และยิ่งกว่านั้น แม้บางคนจะเข้าสมาธิได้ลึก จนกระทั่งมีญาณพิเศษเกิดขึ้นจากภายใน ซึ่งเป็นความรู้ที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัส เช่น สามารถระลึกชาติได้ มีตาทิพย์สามารถมองเห็นโอปปาติกะทั้งหลายได้ อย่างนี้เป็นต้น ถึงแม้จะมีความสามารถถึงขนาดนี้ **แต่ถ้าหากยังไม่รู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องไตรลักษณ์ ไม่รู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องอริยสัจ ไม่รู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องปฏิจจ-สมุปบาท ความรู้ทุกอย่างก็ยังถูกจำกัดด้วยตัณหา-อุปาทาน** และเมื่อความรู้ถูกจำกัดด้วยตัณหาอุปาทาน ก็ย่อมหมายถึงยังมีอวิชา คือไม่อาจจะรู้แจ้งสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงได้

เพราะฉะนั้น ควรจะตระหนักให้มากว่า คนที่มีความรู้มาก ซึ่งถึงแม้จะเป็นผู้เชี่ยวชาญในทางไหนก็ตาม หรือโดยที่สุด แม้จะเป็นปราชญ์ในทางศาสนาและปรัชญาต่าง ๆ แต่ถ้าหากยังเข้าสมาธิไม่ได้ ยังทำใจให้เป็นอิสระจากนิวรณ์ไม่ได้ กล่าวคือ นั่งสมาธิทีไรก็มักจะง่วงนอนหรือฟุ้งซ่าน หรือถึงแม้ในบางครั้งจิตจะสงบไม่ง่วงไม่ฟุ้งซ่าน แต่ถ้าหากความสดชื่นจากภายในยังไม่เกิด ก็หมายถึงว่าจิตยังไม่สงบจากนิวรณ์จริง ๆ ซึ่งเมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่จะเข้าใจได้อย่างลึกซึ้งในหลักวิชาที่ตนกำลังศึกษาอยู่ ยิ่งในหลักวิชาในทางศาสนาด้วยแล้ว ยิ่งไม่มีทางที่จะเข้าใจความหมายของพุทธศาสนาได้อย่างกว้างขวางลึกซึ้ง และถูกต้องจริง ๆ ทั้งนี้ก็เพราะพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ธรรม ก็โดยอาศัยใจที่บริสุทธิ์จากกิเลสโดยสิ้นเชิง ซึ่งเป็นการบริสุทธิโดยสันดานและทรงเข้าสมาธิได้ลึกที่สุด ซึ่งไม่เพียงแต่ทรงได้สมาบัติ ๘ เท่านั้น แต่พระองค์ยังทรงได้สมาบัติอีกอันหนึ่งซึ่งเป็นขั้นพิเศษและสูงสุดคือ

นิโรธสมาบัติ พระองค์เป็นคนแรกที่ทำได้ และด้วยการเข้าถึงสมาบัติอันนี้เอง พระองค์จึงทรงรู้แจ้งสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงโดยไม่มีเหลือ

เมื่อได้ทราบทางแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธองค์ ดังที่กล่าวมานี้ ท่านก็คงจะเห็นแล้วว่า คนที่มัวศึกษาแต่ตำราอย่างเดียว ยังไม่สนใจฝึกสมาธิ ยังเข้าสมาธิไม่ได้ ก็เป็นการเสียเวลาโดยใช่เหตุ เพราะถึงจะเก่งในทางตำราอย่างไร ก็ไม่อาจจะแทงตลอดในคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่นเดียวกับนักวิทยาศาสตร์ เมื่อเขารู้แจ้งในสิ่งใด เช่นรู้แจ้งในเรื่องเกี่ยวกับจุลินทรีย์ต่าง ๆ เมื่อเราต้องการที่จะมีความรู้แจ้งเหมือนนักวิทยาศาสตร์ เราก็ต้องศึกษาค้นคว้า โดยวิธีเดียวกันกับนักวิทยาศาสตร์ โดยเฉพาะก็คือ จะต้องศึกษาโดยวิธีใช้กล้องจุลทุศน์ จะมัวแต่อ่านตำราอย่างเดียวไม่มีทางจะรู้แจ้ง สำหรับพระพุทธศาสนาของพระพุทธเจ้า เราก็ต้องใช้วิธีเดียวกันกับที่พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้มาแล้ว นั่นก็คือต้องพยายามฝึกสมาธิให้ได้ ถึงแม้จะไม่ได้ขั้นสูง

สมาธิขั้นพื้น ๆ ก็ควรจะหัดให้ได้ ไม่เช่นนั้นก็ไม่มีทางที่จะรู้แจ้งตัวเอง

นักศึกษาในทางตำราในปัจจุบันนี้มีมากมาย แต่ที่สามารถเข้าสมาธิได้มีน้อยมาก ด้วยเหตุนี้เอง นักตำรากับนักปฏิบัติ จึงมักจะแปลความหมายข้อความในคัมภีร์แตกต่างกัน พวกนักตำราจะพยายามแปลความหมายตามศัพท์ไวยากรณ์อย่างเคร่งครัด ซึ่งส่วนมากจะมองไม่เห็นความหมายระหว่างบรรทัด หรือความหมายที่นอกเหนือไปจากตัวหนังสือบอก ส่วนนักปฏิบัติที่ขาดความรู้ทางปริยัติ ก็มักจะตั้งทฤษฎีหรือบัญญัติศัพท์ขึ้นเอง ซึ่งทำให้เข้ากับนักปริยัติไม่ได้ และที่ผิดพลาดกันมากที่สุดก็คือ นักปฏิบัติที่ขาดความรู้ทางปริยัติอย่างเพียงพอนั้น มักจะมีแนวความคิดผิดออกนอกทางไปโดยไม่รู้ตัว หรือไม่ก็เสียเวลาไปโดยใช่เหตุ เพราะบางเรื่องบางอย่างที่ตัวเองค้นคว้าได้นั้น ถ้าศึกษาให้ดีเสียก่อนแล้วปฏิบัติ ก็จะทำให้เสียเวลาน้อยมาก และทั้งจะเกิดความรู้แตกฉานได้รวดเร็วและ

ถูกต้องอีกด้วย เวลานี้การอธิบายหลักธรรม โดยอาจารย์ที่ต่างสำนักกัน มักจะมีการขัดแย้งกันอยู่เสมอ ซึ่งได้สร้างความงุนงงความสงสัยให้แก่คนทั้งหลายเป็นอันมาก ทำให้เขาเหล่านั้นเกิดความลังเลไม่รู้ว่าจะยึดหลักอันไหนดีจึงจะถูกต้อง การแตกแยกในทำนองนี้ได้ทำให้เกิดนิกายย่อย ๆ ขึ้นมาโดยลำดับ

ส่วนวิธีของข้าพเจ้าเท่าที่ปฏิบัติมาก็คือ ครั้งแรกพยายามศึกษาหลักปริยัติให้ดีที่สุด และในเวลาเดียวกันก็พยายามศึกษาวิชาการทุกอย่างที่จะเป็นประโยชน์ ในอันที่จะช่วยให้เข้าใจหลักธรรมกว้างขวางขึ้น และสะดวกในการที่จะนำไปอธิบายให้คนทั้งหลายเข้าใจได้ง่าย และวิธีการอีกอย่างก็คือ พยายามนำเอาหลักธรรมของพระพุทธเจ้าซึ่งข้าพเจ้าจำได้และเข้าใจดีแล้วมาพิจารณาใคร่ครวญในเวลาที่อยู่ในสมาธิด้วย ข้าพเจ้าได้อาศัยวิธีนี้มาโดยตลอดจึง ทำให้มีความเข้าใจความหมายของธรรมกว้างขวางลึกซึ้งขึ้น และยังสังเกตได้อีกอย่างหนึ่งว่า ถ้าวันไหนเข้าสมาธิได้ดีเป็นพิเศษ ใน

วันนั้น ก็จะมีความเข้าใจแตกฉานกว้างขวางมากกว่าในเวลาอื่น ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงได้พยายามสนับสนุนส่งเสริมที่จะให้ใครต่อใครมีความสนใจในทางสมาธิ โดยส่วนตัวในปัจจุบันนี้ ข้าพเจ้ามีความแน่ใจอย่างยิ่งว่า **พระพุทธศาสนาสามารถแก้ปัญหาให้แก่คนเราได้ทุกอย่าง** ข้อสำคัญขอให้เข้าใจคำว่า **ทุกอย่างเกิดจากใจ** สำคัญที่ใจ ให้ลึกซึ้งเท่านั้น ก็จะมองเห็นทางแก้ปัญหาได้ทุกอย่าง ทั้งจะมองเห็นความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า :-

ยं ยं เทวาภิปตฺเถนฺติ สพฺพเมเตน ลพฺภติ

แปลว่า **ทวยเทพและมนุษย์ทั้งหลายปรารถนาซึ่งผลใด ๆ ผลนั้น ๆ ทุกอย่างย่อมได้ด้วยบุญที่สะสมเอาไว้**

คำสอนบทนี้ข้าพเจ้าถือว่าเป็นกฎตายตัว ไม่มีข้อยกเว้นเลย ซึ่งหมายความว่าถ้าเราต้องการสิ่งใด เราก็ต้องพยายามทำความดี ด้วยการมุ่งสร้างจิตใจของเราให้สูงขึ้นด้วยคุณธรรมต่าง ๆ ซึ่งเมื่อเราสะสมบุญกุศล

ไว้อย่างเพียงพอแล้ว ปรารถนาสิ่งใดก็จะได้สมความปรารถนาทุกประการ

การทำใจให้ว่าง เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน เพราะคำว่า ทำใจให้ว่างนั้นหมายถึงความสามารถที่จะขับไล่ความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ต้องการให้ออกไปจากใจได้ ควบคุมตัวเองให้อยู่ในเหตุผลได้ อะไรซึ่งไม่มีเหตุผลก็พร้อมที่จะปล่อยวางได้ทันที หรือความนึกคิดอันใดที่ก่อให้เกิดความทุกข์ ก่อให้เกิดความวิตกกังวล ก่อให้เกิดความกลัว หรือความรู้สึกที่ไม่ดีอย่างอื่นก็พร้อมที่จะปัดมันออกไปได้ คำว่าทำใจให้ว่างในความหมายเบื้องต้นมีความหมายดังที่กล่าวมานี้ ไม่ได้หมายถึงการทำใจให้ว่างจากความรู้สึกนึกคิดโดยประการทั้งปวง ซึ่งเป็นความหมายในขั้นสูงสุด แต่อย่างไรก็ดี คนที่จะเข้าถึงความว่างในความหมายขั้นสูงคือ การเข้าถึงนิพพานนั้น จะต้องเริ่มต้นด้วยการหัดทำใจให้ว่างในความหมายดังที่กล่าวมานี้ก่อน ถ้าเพียงขนาดนี้ทำไม่ได้ก็ไม่จำเป็นจะต้องพูดถึงความหมายในขั้นสูง

อนึ่ง เราจะเห็นได้ว่า การทำใจให้ว่างในความหมายเบื้องต้น โดยธรรมดาก็เป็นการยากอยู่แล้วสำหรับคนทั่วไป ซึ่งหมายถึงน้อยคนมากที่จะทำได้ แต่ก็จงคิดดู *ในเมื่อเราต้องการความพ้นทุกข์ ต้องการที่จะให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ เรามีทางอื่นหรือไม่ที่จะไม่ต้องเดินทางนี้ ?* ถ้าท่านเข้าใจเรื่องชีวิตดี ท่านก็จะเห็นว่าเราไม่มีทางเลือกเลยไม่ว่าทางนี้จะยากสักเพียงไร เราก็ต้องเดินทางนี้ เพราะเป็นที่เห็นได้ชัดแล้วว่า คนเรานั้นแม้จะมีเงินมีความรู้ หรือว่าจะใหญ่โตสักแค่ไหนก็ตาม ถ้ายังเอาชนะใจตนเองไม่ได้ ทุกอย่างที่มีอยู่ก็จะกลายเป็นพิษเป็นภัยอย่างใหญ่หลวงสำหรับผู้นั้น เพราะฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่าเราไม่มีทางเลือกจริง ๆ

การทำใจให้ว่างในความหมายดังที่กล่าวมา ท่านจะเห็นความจริงได้ชัดอยู่ข้อหนึ่ง กล่าวคือ **ตราบใดที่เรายังฝึกสมาธิไม่ได้ เราก็ไม่มีทางที่จะทำใจให้ว่างได้** ถึงแม้ว่าในชีวิตประจำวัน เราจะสามารถปัดความคิดบางสิ่งบางอย่างออกไปได้ ทั้ง ๆ ที่เราก็ยังเข้าสมาธิไม่ได้

นั้น ก็ขอให้เข้าใจเถิดว่า **คนที่ทำได้ ก็คือคนที่มีสมาธินั่นเอง** หากแต่ยังไม่ใช่สมาธิขั้นมาตรฐาน เป็นสมาธิขั้นพื้น ๆ เท่านั้น ซึ่งสมาธิขั้นนี้ถึงแม้จะไม่หัดคนส่วนมากก็มีอยู่แล้ว ขอให้สังเกตว่า **คนที่มีสมาธิน้อยมาก ก็คือคนที่เป็นโรคประสาท และถ้าหากไม่มีเสียเลยก็คือคนที่เป็นโรคจิต** คนที่พูดให้คนอื่นรู้เรื่องได้ ฟังคนอื่นพูดรู้เรื่องได้ เขียนหนังสือได้ อ่านหนังสือได้ ทำงานในหน้าที่ของตัวเองได้ คนเหล่านี้ล้วนแต่มีสมาธิทั้งนั้น เพราะถ้าสมาธิไม่มี จะไม่สามารถทำงานดังที่กล่าวมานี้ได้เลย

แต่ก็เป็นที่เห็นกันอยู่แล้วว่า คนทุกวันนี้เป็นโรคประสาทกันมาก ทั้งนี้ก็เพราะปัญหาในชีวิตประจำวันที่สร้างความไม่สบายใจนั้น เดี๋ยวนี้มีมากกว่าแต่ก่อนหลายเท่า และคนเหล่านี้ไม่สามารถที่จะปัดความคิดที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจนั้นออกไปได้ และในเมื่อความไม่สบายใจเกิดขึ้นบ่อย ๆ สะสมมากขึ้น ก็จะต้องเป็นโรคประสาทอย่างแน่นอน ส่วนคนบางคนที่ยัง

ไม่เป็นนั้นเป็นเพราะสิ่งแวดล้อมยังดีอยู่ หรือบางคน แม้สิ่งแวดล้อมจะเลวร้ายสักเพียงไร แต่ถ้าพื้นเดิมเป็นคนเข้มแข้งรู้จักปล่อยวางได้ ก็ยังคุ้มครองตัวได้ แต่ถ้าหากเมื่อใดปัญหามันหนักขึ้นเกินความต้านทานของจิตใจแล้ว เมื่อนั้นแหละจะเห็นได้ชัดว่า เขาจะเดือดร้อนสักเพียงไร อย่าลืมว่า คนเราเดือดร้อนก็เพราะไม่สามารถจะปัดความคิดที่ไม่ต้องการออกไปได้ หรือพูดอีกนัยหนึ่ง ก็คือทำใจให้ว่างไม่ได้

อนึ่ง โดยธรรมดาคนเราเมื่อโตขึ้น ก็มักจะมีความรับผิดชอบมากขึ้น และความไม่สบายใจต่าง ๆ ก็จะมีมากขึ้นโดยลำดับ เพราะฉะนั้นถ้าหากเราไม่คิดที่จะป้องกันเอาไว้ตั้งแต่แรก กล่าวคือ ไม่ศึกษาธรรมและไม่ปฏิบัติธรรม ในทางสมาธิและวิปัสสนา แล้วโอกาสที่จะเป็นโรคประสาท โอกาสที่สมรรถภาพจะเสื่อมเร็วย่อมจะมีมาก ขอให้นึกถึงพุทธภาษิตที่ได้กล่าวไว้ในตอนต้นว่า :-

ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ไม่มีปัญญา ปัญญาย่อม

ไม่มีแก่ผู้ที่ไม่มีฌาน ผู้ใดมีทั้งฌานและปัญญา ผู้นั้นอยู่ใกล้นิพพาน

ขอให้เรามาศึกษาความหมายของคำว่า การบรรลุถึงนิพพาน ให้ละเอียดกันอีกสักครั้งหนึ่ง

การบรรลุถึงนิพพาน หมายถึง **การดับสนิทหรือออกไปจากนามรูป** ซึ่งเราจะออกไปได้ก็ต่อเมื่อมองเห็นชัดว่า **รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา** และในขณะเดียวกัน ก็รู้สึกด้วยว่า **การมีนามรูปเป็นทุกข์ ตัณหาคือต้นเหตุแห่งความทุกข์ การดับตัณหาเสียได้คือความพ้นทุกข์** โปรดจำหลักไว้ให้ดีว่า ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพานได้อย่างแท้จริงนั้น ก็ต่อเมื่อมองเห็นโทษของตัณหาอย่างลึกซึ้งเห็นคุณของการละตัณหาอย่างแจ่มแจ้ง และมองเห็นว่าการที่จะพ้นทุกข์ได้อย่างเด็ดขาด การที่จะบรรลุถึงความรู้แจ้งในสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง ก็ต่อเมื่อวิญญาณดับสนิทและเมื่อวิญญาณดับสนิท นามรูปก็ดับสนิท ผู้ที่รู้แจ้งเช่นนี้ จิตย่อม

น้อมไปสู่การดับสนิทของนามรูป ต้องการที่จะออกไปจากนามรูป เพราะมีความเบื่อหน่ายในนามรูปอย่างลึกซึ้ง เมื่อจิตน้อมไปในลักษณะอย่างนี้ตัณหาก็จะบางมากขึ้นโดยลำดับ จนกระทั่งในที่สุดเมื่อบางมากจนได้ที่แล้ว ก็จะพบกับความสงบอันประณีต และในเวลาเดียวกัน ตัณหาก็จะขาดจากสันดาน คือไม่สืบต่ออีก เมื่อตัณหาขาดจากสันดาน วิญญาณก็ดับสนิท เมื่อวิญญาณดับสนิท ก็เป็นอันว่า บรรลุถึงความว่างและความเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์

นี่เป็นการอธิบายโดยสังเขปที่จะชี้ให้เห็นว่า ในขณะที่จิตบรรลุถึงนิพพานนั้นมีลักษณะอย่างไร และคำว่า บรรลุถึงความว่างในความหมายที่สมบูรณ์นั้นมีลักษณะอย่างไร เมื่อเข้าใจถึงความหมายอันนี้แจ่มแจ้งดี เราก็จะยิ่งเห็นได้ชัดว่า **คนที่จะบรรลุถึงนิพพาน จำเป็นจะต้องมีทั้งฌานและปัญญา** เพราะถ้าไม่ได้อยู่ในฌาน ก็หมายถึงว่านิวรณ์ทั้ง ๕ ไม่สงบ จิตใจก็จะไม่แจ่มใสและสดชื่น และไม่อาจที่จะนึกคิดหรือประคองจิตให้อยู่

ในอารมณ์อันเดียวติดต่อกันไปทุกขณะจิตได้ ซึ่งในเมื่อทำไม่ได้ ก็ไม่อาจจะทำให้กิเลสเบาบางลงไปโดยลำดับ และเมื่อกิเลสไม่เบาบางลงจริง ๆ แล้ว การเห็นแจ้งตามความเป็นจริงคือเห็นแจ้งไตรลักษณ์ และการเห็นแจ้งอริยสัจ โดยเฉพาะ คือเห็นโทษของตัณหาอย่างลึกซึ้งก็ย่อมเป็นไปไม่ได้ ซึ่งในที่สุดก็ไม่อาจจะมองเห็นนิพพาน ขอให้นึกถึงพุทธภาษิตดังต่อไปนี้ แล้วจะรู้ว่าทำไมการเห็นแจ้งนิพพานจึงต้องอาศัยการอยู่ในฌาน

เต ฌายิโน สาตติกา นิจฺจำ ทฬฺหปรกฺกมา
ผุสนฺติ ธีรา นิพฺพานำ โยคกฺเขมำ อนุตฺตรำ

ผู้ที่มีความไม่ประมาท เมื่อมีฌานติดต่อกันไปทุกขณะจิต มีการก้าวหน้าอย่างมั่นคงอยู่เป็นนิจ เป็นผู้มีปัญญา ย่อมได้สัมผัสกับนิพพาน ซึ่งเป็นภาวะสูงสุด เป็นภาวะที่ปราศจากเครื่องผูกมัดทุกอย่าง

จากหลักพุทธพจน์ที่อ้างมานี้จะเห็นได้ชัดว่าผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพานนั้น จะต้องเป็นคนไม่ประมาท

คือมีสติอยู่กับตัวทุกขณะ และจิตจะต้องอยู่ในฌานตลอดเวลา การเห็นแจ้งไตรลักษณ์ การเห็นแจ้งอริยสัจก็จะต้องแจ่มแจ้งขึ้นโดยลำดับ พร้อมกับสมาธิก็จะต้องดีขึ้นเรื่อย ๆ ด้วยวิธีนี้เท่านั้น จึงจะสามารถพบกับนิพพานด้วยตัวเอง ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่จะบรรลุถึงความว่างหรือการทำใจให้ว่าง คือทำใจให้ปราศจากอารมณ์ ปราศจากความนึกคิดโดยประการทั้งปวงนั้น จึงจำเป็นจะต้องมีทั้งฌานและปัญญา ไม่เช่นนั้น ก็จะไม่มีทางบรรลุถึงนิพพานได้เลย

ข้าพเจ้าได้กล่าวมาแล้วว่า การบรรลุถึงความว่างหรือการทำใจให้ว่าง ในความหมายขั้นสมบูรณ์นั้นเป็นสิ่งที่ยากที่สุด แต่ก็มีทางเป็นไปได้สำหรับบางคนที่พยายามปฏิบัติจริง ๆ และมีบุญบารมีมาพอ แต่สำหรับคนทั่วไปแล้วไม่อาจที่จะเข้าถึงภาวะอันนี้ได้ แต่ถึงกระนั้นก็ควรจะได้หัดทำใจให้ว่างไว้บ้างเป็นบางครั้ง แม้จะเพียงชั่วขณะก็ยังดี เพราะถ้าคนไหนปัดอารมณ์ ปัดความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ต้องการออก

ไปไม่ได้เลย ก็เป็นของแน่ว่าจะต้องอยู่ในความทุกข์ตลอดไป ซึ่งไม่เฉพาะแต่ในชาตินี้เท่านั้น แต่มันหมายถึงตลอดไปทุกชาติด้วย ตราบใดที่ยังแก้ไขจิตใจของตนเองไม่ได้ เราก็จะทุกข์ตลอดไป เพราะเราจะหนีการเกิดใหม่ก็หนีไม่พ้น ใครจะรู้เรื่องหรือไม่รู้เรื่องก็ตาม แต่ทุกคนที่ยังมีตัณหาอยู่ในสันดานตายแล้วก็จะต้องเกิดอีก อย่างนี้ตลอดไป หนีตัวเองไม่พ้น และทุกชาติที่เกิดมา เมื่อยังไม่อาจทำใจให้ว่างได้ก็จะต้องมีความทุกข์เหมือนอย่างที่มีอยู่ในขณะนี้แน่นอน

ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า เราไม่มีทางหลีกเลี่ยง **การทำใจให้ว่างแม้จะเป็นสิ่งที่ยากสักเพียงไร** เราก็ต้องหัด อย่าลืมว่า **คนเราเดือดร้อนก็เพราะความคิดของตัวเอง คนเราเดือดร้อน ก็เพราะหลงในความคิดของตัวเอง** เพราะฉะนั้น ถ้าหากเราไม่พยายามที่จะเอาชนะใจตนเองเสียบ้าง เราก็ไม่มีทางที่จะมีชีวิตอยู่อย่างเป็นสุข และอันที่จริงการที่เราทั้งหลายมีความสุขกันอยู่บ้าง ไม่ถึงกับเดือดร้อนหรือเป็นทุกข์

ตลอดกาล ก็เพราะเรารู้จักเอาชนะใจตนเองได้บ้างในบางสิ่งบางอย่าง และรู้จักทำใจให้ว่างคือขับไล่ความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ต้องการ ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ออกไปได้บ้างนั่นเอง

แต่เนื่องจากทุกวันนี้ปัญหาชีวิตชักจะมีมากขึ้น เราตกเป็นทาสความคิดของตัวเองมากขึ้น ด้วยเหตุนี้เราจึงควรจะต้องพยายามหาทางอบรมจิตใจของตัวเองให้ดีขึ้น ไม่เช่นนั้นแล้ว เรายิ่งโตขึ้น อายุมากขึ้น เราก็ยิ่งจะเดือดร้อนมากขึ้นโดยลำดับ **ทางแห่งความพ้นทุกข์ไม่ใช่ทางที่ปูลาดด้วยเงิน ไม่ใช่ทางที่ปูลาดด้วยชื่อเสียงเกียรติยศ หรือด้วยความโอ่อ่าหรูหราอย่างนั้นอย่างนี้** สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงส่วนประกอบของชีวิต เพื่อช่วยให้การเดินทางของเราเป็นไปโดยสะดวกเท่านั้น อย่าได้หลงใหลอยู่กับสิ่งซึ่งไม่ใช่สาระอันแท้จริงจนเกินไป จงลืมตาพิจารณาดูตัวเองเสียบ้าง แล้วท่านก็จะ**ประสบ**ความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป แต่อย่างไรก็ดี อย่าลืมว่า การที่เราจะเดินทางไปนี้ เราจะต้องพยายาม

ฝึกสมาธิและวิปัสสนา ขอให้ถือว่าการฝึกสมาธิและวิปัสสนาเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ไม่มียกเว้นใครเลย ทั้งเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติทุก ๆ วันด้วย ทางนี้เท่านั้น ทางอื่นไม่มี ที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์

- ๖ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องมีสติอยู่กับตัวเสมอทุกขณะ

* ความไม่ประมาทเป็นทางให้ถึงซึ่งความไม่ตาย ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย คนที่ไม่ประมาทชื่อว่าย่อมไม่ตาย ส่วนคนที่ประมาทเปรียบเหมือนคนที่ตายแล้ว

ผู้ที่เป็นบัณฑิตเพราะความไม่ประมาท เมื่อรู้แจ้งถึงคุณแห่งความไม่ประมาท และโทษแห่งความประมาทเช่นนี้แล้ว ย่อมบันเทิงอยู่แต่ในความไม่ประมาท ยินดีอยู่แต่ในทางของพระอริยเจ้าทั้งหลาย

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๑๕

บุคคลผู้ไม่ประมาทเมื่อเพ่งอยู่ในฌาน มีความเพียรติดต่อก้าวหน้าไปอย่างมั่นคงโดยลำดับ เป็นผู้มีปัญญา ย่อมจะได้สัมผัสกับนิพพาน ซึ่งเป็นภาวะที่ปราศจากเครื่องผูกมัดทุกอย่าง เป็นธรรมสูงสุด

การเข้าถึงนิพพาน หมายถึง การเข้าถึงความว่าง ความเป็นอิสระ ความหมายเหล่านี้ได้อธิบายมาทุกครั้ง แต่ถึงกระนั้นถ้าหากเราไม่ได้ศึกษาถึงแนวทางปฏิบัติให้เข้าใจโดยละเอียดแล้ว จะไม่มีทางเข้าใจได้อย่างถูกต้องว่า การเข้าถึงความว่างความเป็นอิสระมีความหมายอย่างไรแน่ และทำอย่างไรจึงจะสามารถเข้าถึงได้จริง ๆ ก่อนอื่นขอให้พยายามอ่านข้อความที่ได้เขียนไว้ในตอนต้นนี้หลาย ๆ ครั้ง ถ้าหากจะสามารถจำได้อย่างแม่นยำ ก็จะเป็นการดีมากทีเดียว และข้อความที่อ้างมานี้เป็นพุทธพจน์ ซึ่งมีอยู่ในคัมภีร์ธรรมบท คนที่สนใจในทางศาสนาส่วนมากจะได้ยินได้ฟังข้อความที่ว่านี้อยู่เสมอ

แต่ในที่นี้ข้าพเจ้าต้องการที่จะชี้ให้แลเห็นว่า การที่จะเข้าถึงความว่างได้นั้นไม่ได้หมายความว่า เราจะต้องนั่งอยู่เฉย ๆ ไม่ต้องทำอะไร ไม่ต้องพูดอะไร และไม่ต้องคิดอะไรใจมันก็จะว่างขึ้นมาเอง หรือบางคนที่คิดว่า การที่จะเข้าถึงนิพพาน ก็จะต้องละอุปาทานให้ได้ทุกอย่างนั้น ก็ควรจะเข้าใจไว้ด้วยว่า ถ้าหากพื้นคุณธรรมมีไม่พอแล้ว คนที่ไม่ยึดถืออะไรก็จะกลายเป็นคนหน้าด้าน ปราศจากหิริโอตตัปปะ และสามารถจะทำอะไรได้ทุกอย่างตามความพอใจ โดยคิดว่า ใครเขาจะว่าอย่างไรก็ช่าง ไม่ถือ เพราะถือว่าเราได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ตรัสสอนมิให้ยึดถือ คนที่สนใจธรรมและเข้าใจธรรมเช่นนี้มีอยู่ไม่น้อย

ความไม่ประมาทเป็นทางให้ถึงซึ่งความ ไม่ตาย ซึ่งความไม่ตายในที่นี้หมายถึงนิพพาน ขอได้โปรดสังเกตว่า ในเรื่องความไม่ประมาทนี้พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ว่า :-

ความไม่ประมาท คือความพยายามให้มีสติ-สัมปชัญญะอยู่กับตัวนั้นก็คือ

คอยระวังมิให้จิตเกิดความกำหนัดในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด

คอยระวังมิให้จิตเกิดความขัดเคืองในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความขัดเคือง

คอยระวังมิให้จิตเกิดความหลงในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความหลง

คอยระวังมิให้จิตเกิดความมัวเมาในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความมัวเมา

บุคคลที่จะได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท ก็คือบุคคลที่คอยระวังมิให้กิเลสเหล่านี้เกิดขึ้น ซึ่งท่านก็จะเห็นได้แล้วว่า ในวิสัยของคนธรรมดายากที่ใครจะปฏิบัติได้ แต่ท่านลองคิดดูให้ดี ถ้าเราต้องการที่จะเข้าถึงความไม่ตาย หรืออยู่เหนือความตาย เราก็ต้องปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้เช่นนี้ ตราบใด

ที่ยังปฏิบัติไม่ได้ เราก็จะต้องประสบกับความตาย หนีความตายไม่พ้น และจะมีความกลัวตายอยู่ตลอดเวลาด้วย

ข้าพเจ้าได้เคยอ้างพุทธพจน์มาหลายครั้งแล้วว่า **ในเมื่อละอัตตานุทิฏฐิได้แล้วก็จะอยู่เหนือความตาย ข้ามพ้นจากความตายได้** ซึ่งความหมายของพุทธพจน์บทนี้ก็ได้เคยอธิบายมาแล้ว แต่เพื่อให้ข้อความเชื่อมโยงกับเรื่องที่จะกล่าวในที่นี้ เพราะฉะนั้นจะขอทบทวนความจำอีกครั้งหนึ่งดังนี้

ผู้ที่สามารถทำใจให้ว่าง ทำใจให้เป็นอิสระ คือสามารถที่จะขับไล่ความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างออกไปจากจิตใจได้ตามความตั้งใจ และในเวลาเดียวกันก็จะเกิดความรู้แจ้งมาจากภายในด้วยนั้น หลักสำคัญอยู่ที่จะต้องมองเห็นอย่างชัดเจนว่า **สิ่งใดมีการเกิด สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับ สิ่งใดดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้ เปลี่ยนแปลงได้ สิ่งนั้นย่อมไม่มีตัวตนของมันที่แท้จริง** และในเมื่อพิจารณาดูสิ่งที่ยึดถือว่าเป็น

ตัวเราหรือของของเรา คือเบญจขันธ์หรือนามรูปทุกแง่ทุกมุมแล้ว ก็จะเห็นอย่างชัดเจนว่า ในที่สุดก็จะต้องดับทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจึงพูดไม่ได้ว่า อะไรคือตัวเราหรือของของเราอย่างแท้จริง ยิ่งพิจารณาก็ยิ่งมองเห็นชัดว่า ตัวเราที่แท้จริงไม่มี มีแต่ตัวตนที่เป็นวิบาก ซึ่งตัวตนอันนี้จะมีอยู่ตลอดกาล ถ้าหากยังต้องการที่จะมีตัวตน และในเวลาเดียวกันก็มองเห็นชัดว่า **ทุกอย่างเกิดจากใจ เมื่อจิตใจสมบูรณ์แล้ว ทุกอย่างก็สมบูรณ์ ซึ่งในเมื่อรู้แจ้งเช่นนี้ ก็จะหมดความเป็นห่วงในเรื่องตัวเอง และใจก็จะว่างเป็นอิสระอยู่เสมอ คือไม่ตกเป็นทาสของสิ่งใด ๆ**

อนึ่ง โดยปกติคนเราแม้จะไม่ตกเป็นทาสใคร ๆ แต่วิสัยของปุถุชนก็จะตกเป็นทาสแห่งความคิดของตัวเองเอาชนะใจตัวเองไม่ได้ แต่สำหรับผู้ที่ละสักกายทิฏฐิได้ ย่อมเอาชนะใจตนเองได้ง่าย และรู้อย่างแจ่มแจ้งว่า **ชีวิตเกิดขึ้นตามความต้องการ และชีวิตจะมีอยู่ตลอดไปถ้าหากต้องการที่จะมี ส่วนร่างกาย**

ทรัพย์สมบัติ ตลอดถึงความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้แม้จะดับได้สูญสิ้นได้ แต่มันก็จะเกิดขึ้นมาอีก ในเมื่อวิบากของมันยังมีอยู่ เพราะเหตุที่รู้แจ้งเช่นนี้ จึงได้รู้สึกว่า ตัวเองเป็นคนไม่ตาย และใคร ๆ ก็จะทำให้เราตายไม่ได้

แต่คนบางคนแม้จะนึกได้เช่นนี้ แต่ในเมื่อในใจยังมีความทุกข์เกิดขึ้นได้ จิตใจยังไม่สงบยังไม่เยือกเย็น ยังไม่แจ่มใสอย่างมั่นคง ยังเปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งแวดล้อมตามอารมณ์ที่มากระทบ ถึงแม้ตัวเองจะรู้สึกว่าตัวเองไม่ตาย แต่มันก็ไม่มีประโยชน์อะไรในเมื่อจะต้องมีชีวิตอยู่อย่างทุกข์ทรมานตลอดไป เพราะมันเหมือนกับสมมติว่า มีคนบางคนไม่อยากตาย ก็ไปหายาวิเศษมากิน และเขาก็ไม่ตาย สามารถที่จะมีชีวิตยืนยาวไปได้เรื่อย ๆ ไม่ว่าจะมีอันตรายใด ๆ เกิดขึ้นร่างกายนั้นก็ไม่ตาย แต่ร่างกายที่ว่านี้แก่ชรามีโรคภัยไข้เจ็บเกิดขึ้นเสมอ ไม่แข็งแรง ไม่สมบูรณ์ ไม่สวยงามอย่างที่ตนเองต้องการ การมีชีวิตยืนยาวในลักษณะนี้

ย่อมไม่มีประโยชน์อะไร ซึ่งก็เหมือนกับปุถุชนโดยทั่วไป ทั้งที่ความจริงชีวิตของเขาก็มีอยู่ตลอดกาลนานมาแล้ว นับไม่ถ้วน และยังจะมีต่อไปอีกนานนับเป็นกัปป์ แต่ชีวิตอย่างนี้มีความทุกข์อยู่เสมอ เพราะฉะนั้นจึงไม่มีประโยชน์อะไร ส่วนผู้ที่ละสักกายทิฏฐิได้ สามารถทำใจให้ว่างได้ ทำใจให้เป็นอิสระได้เสมอ สิ่งแวดล้อมหรือเหตุการณ์ใด ๆ ไม่สามารถจะก่อให้เกิดความทุกข์ได้ โดยเฉพาะคือทุกข์ในทางจิตใจ ชีวิตอย่างนี้จึงจะมีประโยชน์ สมกับที่ว่าเป็นชีวิตที่ไม่ตาย

จงสังเกตว่าคนเราเดือดร้อนก็เพราะความคิด คือไม่สามารถเอาชนะความคิดของตัวเองได้ ส่วนคนที่ละสักกายทิฏฐิได้ ย่อมเอาชนะความคิดของตัวเองได้เสมอ เพราะฉะนั้นในเมื่อเวลาเกิดความเจ็บป่วยหรือเกิดความแก่หรือใกล้จะตาย ในเมื่อเขาคิดแต่เพียงว่าร่างกายที่เจ็บป่วยนี้ หรือร่างกายที่กำลังแก่นี้ หรือร่างกายที่กำลังจะตายนี้ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของของเรา เพียงแต่คิดเท่านี้ก็สามารถที่จะปัดความคิดที่ประกอบไป

ด้วยความกลัวความวิตกกังวลทุกอย่างออกไปได้หมด ครั้นแล้วจิตใจก็จะสบายเป็นอิสระ ว่างจากความนึกคิดและความรู้สึกต่าง ๆ ที่ประกอบไปด้วยความกลัว หรือความวิตกกังวลต่าง ๆ ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า ทำไมคนที่ละสักกายทิฏฐิได้ จึงอยู่เหนือความตาย เอาชนะความตายได้

ปัญหาสำคัญอยู่ที่ว่า *คนส่วนมากก็รู้ว่าตัวเราที่แท้จริงไม่มี แต่แล้วก็ไม่สามารถที่จะปัดความคิดที่ทรมานจิตใจออกไปได้ พยายามปัดเท่าไร ๆ ก็ไม่สำเร็จ ทั้งนี้เพราะอะไร ?* ขอให้นึกถึงหลักที่ได้เคยกล่าวมาแล้วบ่อยครั้งว่า **ความคิดทุกอย่างย่อมเกิดจากวิบากของมัน ถ้าวิบากในเรื่องไหนมีอยู่ ความคิดในเรื่องนั้นก็จะต้องเกิดขึ้นเสมอ** ถ้าจะระงับได้ก็แต่เพียงชั่วคราวเท่านั้น แต่ไม่สามารถทำใจให้ว่าง ทำใจให้เป็นอิสระได้ เหมือนกับคนที่หมดหนี้สินแล้ว ไม่ต้องใช้หนี้เขาอีกต่อไป ถ้าท่านเข้าใจหลักอันนี้ดี ท่านก็จะเข้าใจได้โดยไม่ยากว่า การทำใจให้ว่างนั้นไม่ใช่เป็นเรื่องที่ใคร ๆ

ก็ทำได้ และไม่ใช่การทำอะไรตามอารมณ์ และไม่ใช่ว่าเมื่อทำอะไรลงไปแล้วไม่ต้องเก็บเอามาคิด มันจะดีหรือชั่วอย่างไร คนอื่นเขาจะว่าอย่างไร ก็อย่าไปยึดถือมัน ปัดมันออกไป เหมือนกับมีบางคนกล่าวว่า การทำใจให้ว่างนั้น จะดื่มเหล้าก็ได้ จะทำอะไรก็ได้ อย่าไปยึดถือมันเสียอย่างเดียว ก็ได้ชื่อว่าปฏิบัติอยู่ในความว่าง อันนี้เป็นการเข้าใจผิดอย่างลึกซึ้ง และเป็นการบิดเบือนคำสอนของพระพุทธเจ้า

ความไม่ประมาทเป็นทางให้ถึงซึ่งความไม่ตาย วิธีฝึกหัดก็คือ การคอยระมัดระวังมิให้กิเลสเกิดขึ้น ดังที่ได้อธิบายมาแล้ว สมมติว่าเมื่อมีอารมณ์มายั่วให้เกิดราคะหรือเกิดโทสะอย่างไรก็ตาม อย่าลืมว่า **เมื่อกิเลสอันนี้เกิดขึ้นในใจแล้ว วิบากของมันจะต้องเกิดขึ้นในสันดาน และเมื่อวิบากของมันมีอยู่ เมื่อได้กระทบกับอารมณ์ที่เคยก่อให้เกิดราคะและโทสะ กิเลสก็จะต้องเกิดขึ้นอีก จะยับยั้งมิให้กิเลสเกิด มิให้ความนึกคิดในเรื่องเหล่านี้เกิดขึ้นนั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้**

ในเมื่อกิเลสเกิดขึ้นบ่อย ๆ ก็ย่อมหมายถึงว่า เราจะตกเป็นทาสความคิดเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้มากขึ้นทุกที โอกาสที่จะทำใจให้ว่างได้จริง ๆ นั้นจะไม่มีเหลืออยู่เลย ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า การทำใจให้ว่างไม่ใช่หมายถึงการทำอะไรตามอารมณ์แล้วไม่ถือ ไม่ต้องไปคิดถึงมันอะไรทำนองนี้ ได้เคยพูดมาแล้วว่า คนที่สามารถจะทำใจให้ว่างได้นั้น จะต้องสามารถเข้าสมาธิได้ อย่างน้อยจะต้องทำใจให้ว่างจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้บ้าง

จงลองคิดดู คนที่มีกิเลสคือราคะและโทสะหนาแน่น ความคิดหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องเหล่านี้ ไม่พยายามที่จะคิดบรรเทา ไม่พยายามที่จะวิดน้ำออกจากเรือเสียบ้างเลยนั้น ย่อมไม่มีทางที่จะเข้าสมาธิได้เลยแม้เพียงชั่วขณะ แต่ตรงกันข้าม คนที่พยายามคอยระวังมิให้กิเลสเกิด แต่ในเวลาเดียวกัน ก็พยายามให้คุณธรรมต่าง ๆ เกิดขึ้นอยู่เสมอ เช่นให้มีความเมตตากรุณา ให้มีความอดทน ให้มีความกล้าหาญ ให้มีความยุติธรรม ให้มีความสงบมีการรู้แจ้งตามความ

เป็นจริง ให้มีหิริโอตตัปปะเหล่านี้เป็นต้น ถ้าคุณธรรมต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นอยู่เสมอ หรือมีอยู่เสมอในจิตใจก็หมายถึงว่าพื้นข้างในดี เมื่อพื้นข้างในดีแล้ว การเข้าสมาธิก็จะกลายเป็นของง่าย แต่อย่างไรก็ตาม อย่าลืมว่า ตราบใดที่เรายังทำใจให้มีสติสัมปชัญญะอยู่กับตัวอยู่เสมอทุกขณะไม่ได้ ทำใจให้บริสุทธิ์จากกิเลสต่าง ๆ เป็นเวลานาน ๆ ไม่ได้ โอกาสที่จะได้พบกับนิพพาน คือความสงบภายในอย่างลึกซึ้งและมั่นคงซึ่งเรียกว่าความสงบอันประณีตนั้น ย่อมเป็นไปไม่ได้ ต่อเมื่อเข้าถึงความสงบอันนี้เท่านั้น ใจจึงจะสามารถว่างและเป็นอิสระได้จริง ๆ และจะรู้สึกโดยไม่ยากว่าบัดนี้เราเอาชนะความตายหรืออยู่เหนือความตายได้แล้ว ความรู้สึกอันนี้จะปรากฏแจ่มชัดอยู่เสมอ

คนที่จะเข้าถึงความว่าง หรือมีลู่ทางว่าวันหนึ่งในชีวิตนี้จะสามารถเข้าถึงได้บ้างไม่มากก็น้อยนั้น ขอให้สังเกตอย่างนี้ คือในชีวิตประจำวัน อะไรที่ไม่ดี ซึ่งทำความเดือดร้อนให้แก่ตัวเองหรือแก่ผู้อื่นแล้วปล่อยวาง

ได้ง่าย ทำตัวให้อยู่ในเหตุผลได้ง่าย เมื่อถึงเวลานอน เวลาพักก็สามารถที่จะปัดความคิดที่ไม่ต้องการออกไปได้ง่าย ถ้าของหายของแตกของเสียซึ่งเอาคืนไม่ได้ เขาก็ปล่อยวางได้ง่ายมาก เพียงแต่นึกว่าช่างมัน ของมันแตกกันได้อะไรทำนองนี้ ซึ่งเมื่อคิดอย่างนี้ขึ้นมาแล้ว ก็ปล่อยวางความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างที่ก่อให้เกิดความทุกข์นั้นออกไปได้ง่ายมาก นี่คือลักษณะของผู้ที่มีลู่ทางที่จะไปสู่ความว่าง ขอได้โปรดสังเกตอย่างนี้ คนที่ไปขโมยของคนอื่นมา กว่าจะนอนหลับได้ ท่านคิดว่ามันเป็นของง่ายหรือเป็นของยาก ส่วนคนที่ทำงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริตไม่ลักไม่โกงใคร ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน เป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตัว ไม่โอ้อวดไม่โลภมาก ไม่อิจฉาริษยาใคร คนประเภทนี้เมื่อถึงเวลานอน ท่านคิดว่าจะนอนหลับง่ายหรือหลับยาก ในเมื่อเขาไม่มีสาเหตุอย่างอื่นที่ทำให้นอนไม่หลับ ท่านเห็นแล้วหรือยังว่าคนที่จะสามารถทำใจให้ว่าง ทำใจให้เป็นอิสระได้จริง ๆ นั้น ต้องเป็นคนที่มีคุณธรรม และต้องมีอยู่อย่าง

เพียบพร้อมด้วย คนที่ทำอะไรตามอารมณ์ หรือทำอะไรตามความพอใจ ใครเขาจะว่าหรือจะตำหนิอย่างไรก็ไม่ถือ ไม่เก็บเอามาคิด คนประเภทนี้ถ้าหากคุณธรรมมีไม่พอแล้ว ไม่มีทางเลยที่จะทำใจให้ว่างได้ เพราะเหตุนี้ทางที่จะนำไปสู่นิพพานนั้น จึงต้องประกอบไปด้วยศีลสมาธิและปัญญา และต้องมีอย่างบริบูรณ์ด้วย จึงจะสามารถบรรลุถึงนิพพานได้.

◆◆◆◆◆

- ๗ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน จะต้องพยายามตัดกระแสตัณหา

* จงพยายามตัดกระแสตัณหา จงพยายามบรรเทาซึ่งกามทั้งหลายเถิดพราหมณ์ เมื่อท่านรู้ถึงความสิ้นไปแห่งสังขารทั้งหลายแล้ว ก็จะรู้จักนิพพานซึ่งไม่มีปัจจัยอะไรปรุงแต่ง

การบรรลุถึงความว่าง หมายถึง การทำใจให้เป็นอิสระจากอารมณ์ จากความรู้สึกนึกคิดทุกอย่าง กล่าวคือ เมื่อต้องการจะทำใจให้ว่างจากความรู้สึกนึกคิดใด ๆ ก็สามารถที่จะทำได้ทันที เป็นการว่าง

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๑๕

อย่างสนิท ว่างอย่างสมบูรณ์ ไม่มีอารมณ์อันใดค้างเหลืออยู่ในใจ คล้ายกับคนที่นอนหลับสนิทไม่มีฝัน (ความจริงในวิสัยของคนที่มีกิเลสอยู่ในสันดาน ทุกคนเมื่อหลับแล้วต้องฝัน ที่บางครั้งรู้สึกว่าไม่ฝันนั้น เป็นเพราะตื่นขึ้นมาแล้วจำไม่ได้) หรือคนที่เข้าสมาธิได้ลึกจนกระทั่งไม่รู้สึกตัว ไม่รู้สึกถึงสิ่งใด ๆ แต่ก็ต่างจากภาวะของความหลับ เพราะคนที่หลับถึงแม้จะหลับได้สนิทสักเพียงใด จิตก็ยังยึดมั่น หรือเกาะแน่นอยู่กับอารมณ์อันใดอันหนึ่งโดยไม่รู้สึกตัว และโดยไม่มีสติ-สัมปชัญญะคอยควบคุม เพราะฉะนั้นคนที่นอนหลับก่อนหลับมีภาวะจิตใจอย่างไร เมื่อตื่นออกมาแล้วก็ยังเหมือนเดิม คือไม่มีอะไรดีขึ้น

ส่วนผู้ที่เข้าถึงความว่างที่เรียกว่านิพพานนั้น แม้จะเป็นการดับสนิทไม่รู้สึกตัว แต่ก็มีสติสัมปชัญญะควบคุมอยู่ตลอดเวลา และตลอดเวลาที่ดับสนิท ภายในจิตใจก็ไม่มีอารมณ์ใด ๆ เหลืออยู่เลย ไม่เกาะแน่นอยู่กับอารมณ์ใด ๆ ที่เป็นนามหรือเป็นรูป และเมื่อ

ออกมาจากภาวะอันนี้แล้ว ก็จะรู้สึกว่าจิตใจได้เปลี่ยนไปจากเดิมโดยสิ้นเชิง ซึ่งเป็นการเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น และเป็นการเปลี่ยนตลอดกาล ไม่มีการถอยหลังลงมาสู่ภาวะที่ต่ำเหมือนเมื่อก่อน แม้ในกรณีของผู้ที่เข้าสมาธิได้ลึกที่สุดจนกระทั่งไม่รู้สึกตัว ซึ่งในขณะที่ไม่รู้สึกตัวเพราะอยู่ในสมาธินี้ แม้จะมีสติสัมปชัญญะควบคุม แต่จิตก็ต้องอยู่กับอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง โดยเฉพาะคืออารมณ์อย่างเดียวกับตอนที่ยังรู้สึกตัว และเมื่อออกมาแล้วก็จะสังเกตได้ว่า จิตอยู่ในภาวะเดิมคือก่อนที่จะหลับสนิทยึดถืออะไรเป็นอารมณ์ เมื่อออกมาแล้วจิตก็จะมีอารมณ์อย่างเดียวกัน เพราะฉะนั้นการเข้าถึงความว่าง ที่เรียกว่านิพพานนั้น จึงไม่เหมือนกับการหลับสนิท ไม่เหมือนกับการเข้าสมาธิได้ลึก จนกระทั่งไม่รู้สึกตัว

อนึ่ง ผู้ที่จะเข้าถึงความว่างได้จริงๆ นั้น จะต้องมองเห็นถึงความว่างเปล่าความไม่มีตัวตน ไม่ยึดถืออะไรเป็นตัวตน เพราะความรู้สึกที่ว่า **"สิ่งใดมีการเกิด**

สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับ สิ่งใดดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้ เปลี่ยนแปลงได้ สิ่งนั้นย่อมไม่มีตัวตนของมันที่แท้จริง เพราะฉะนั้นตัวเราจึงไม่มี และก็ไม่คิดที่จะยึดถืออะไรเป็นตัวเราอีกต่อไป ความรู้สึกที่ว่านี้ปรากฏชัดอยู่ในใจทุกขณะจิต ผู้ที่ทำได้ก็คือผู้ที่อยู่ในสมาธิ อย่างน้อยตั้งแต่ขั้นปฐมฌานขึ้นไป จึงจะสามารถรักษาความรู้แจ้งอันนั้นให้ติดต่อกันไปได้ทุกขณะจิต จนกระทั่งตัดกระแสตัณหาได้ขาด ซึ่งเมื่อกระแสตัณหาขาด อุปาทานก็ย่อมขาดด้วย เพราะตัณหาอุปาทานขาดจากสันดานจึงเข้าถึงความว่าง ตามกฎปฏิจจสมุปบาทที่ว่า **เมื่อตัณหาอุปาทานไม่มี ภพก็ย่อมไม่มี** ซึ่งคำว่าภพในที่นี้หมายถึงนามรูป และถ้านามรูปไม่มี คือไม่เกิด ไม่สืบต่อ ก็หมายถึงวิญญาณไม่มีด้วย เพราะนามรูปจะเกิดขึ้นมาได้ต้องอาศัยวิญญาณ เมื่อวิญญาณไม่มี นามรูปย่อมไม่มี วิญญาณไม่มี ก็หมายถึงวิญญาณทั้ง ๕ ดับสนิท มโน-วิญญาณก็ดับสนิท และในเวลาเดียวกัน ภวังควิญญาณ

ซึ่งโดยปกติจะต้องมีการเกิดดับและเกิดใหม่ สืบต่ออยู่เสมอก็ดับด้วย กล่าวคือ สำหรับคนธรรมดาแม้วิถี-วิญญาณไม่เกิด เช่นในขณะนอนหลับสนิท ภวังค-วิญญาณก็จะเกิดดับสืบต่ออยู่ตลอดเวลา **แต่สำหรับผู้ที่บรรลุถึงนิพพาน ภาวะการสืบต่อของภวังค-วิญญาณก็ดับสนิทด้วย**

ถ้าหากจะมีปัญหาว่า *ผู้ที่เข้าถึงภาวะดับสนิทเช่นนี้ ซึ่งผู้ที่เป็นพระอรหันต์ย่อมสามารถทำได้ แต่ทำไม ร่างกายจึงไม่ตาย และต่อมาเมื่อออกมาจากความดับสนิทอันนี้แล้ว ก็ยังมีวิญญาณมีนามรูปสืบต่อไปอีก ?*

สำหรับปัญหาข้อนี้ตอบยากที่สุด แต่ก็มีอยู่แง่หนึ่งที่พอจะเข้าใจได้ กล่าวคือแม้วิญญาณจะดับสนิทนามรูปไม่สืบต่อ คือไม่เกิดใหม่ แต่ร่างกายที่อยู่ได้ไม่ตายก็เพราะกำลังงานของวิญญาณ ยังมีตกค้างเหลืออยู่พอที่จะทำให้ร่างกายดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้ ขอให้นึกถึงหลักในคัมภีร์ที่กล่าวไว้ว่า “พระอรหันต์จะอยู่ใน

นิโรธสมาบัติได้นานถึง ๗ วัน"

แต่อย่างไรก็ดี การดับสนิทในความหมายดังที่กล่าวมานั้น ผู้ที่เข้าถึงได้อย่างสมบูรณ์จริง ๆ ก็คือพระอรหันต์เท่านั้น เพราะตัณหาอุปาทานในสันดานของท่าน ไม่มีเหลืออยู่เลย ส่วนพระอริยบุคคลขั้นต้นเช่นพระโสดาบันเข้าถึงเพียงชั่วขณะ แต่ถึงกระนั้นก็ทำให้เกิดความรู้แจ้งเกี่ยวกับเรื่องชีวิตอย่างลึกซึ้งตามความเป็นจริง จนกระทั่งทำให้ภาวะของความเป็นปุถุชนขาดจากสันดาน โดยเฉพาะก็คือตัณหาอุปาทานหยาบ ๆ ชนิดที่จะนำไปสู่อบายภูมิหรือนำไปสู่อบายมุขนำไปสู่การผิดศีล จะไม่มีเหลืออยู่ในสันดานเลย **การเข้าถึงความว่างดังที่กล่าวมานี้จะเห็นได้ว่า ไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะนึกเอาเองได้** แต่ถึงกระนั้นการปล่อยวางหรือการปัดความรู้สึกนึกคิดชนิดที่ก่อให้เกิดความทุกข์ ก่อให้เกิดความเดือดร้อนนั้น สำหรับพระอริยบุคคลซึ่งละสักกายทิฏฐิได้นั้นจะทำได้ง่ายมาก ส่วนปุถุชนทำไม่ได้ และอีกประการหนึ่งสำหรับพระอริยบุคคลถึงแม้ว่าจะมีความ

นึกคิด มีภาระที่จะต้องทำมีปัญหาที่จะต้องขบคิด แต่ก็จะไม่ทำให้รู้สึกหนักใจ ไม่ทำให้เกิดความวิตกกังวลแต่อย่างใด เพราะการปล่อยวางได้มีเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ผิดกับปุถุชนซึ่งมีแต่ความหนักใจมีแต่ความวิตกกังวลอยู่เสมอ ทั้งนี้ก็เพราะตัณหาอุปาทานแม้ที่หยาบ ๆ ก็ตัดไม่ได้

ขอให้พิจารณาให้ละเอียดถึงพุทธภาษิตที่ได้กล่าวมาในตอนต้นที่ว่า **จงพยายามตัดกระแสตัณหา จงพยายามบรรเทาซึ่งกามทั้งหลาย** ทำไมพระพุทธเจ้าจึงตรัสสอนเช่นนี้ ทั้งนี้ก็เพราะความจริงมีอยู่ว่า ถ้ายังหมกมุ่นอยู่ในเรื่องกาม ไม่พยายามบรรเทาคือทำให้น้อยลงและไม่พยายามที่จะตัดกระแสตัณหาเสียบ้าง ก็ย่อมหมายถึงว่าตัณหาจะมีอยู่ตลอดเวลา เพราะทุกครั้งที่ตัณหาเกิดมันก็เพาะเชื้อคือวิบากของมันสืบต่อไปอีก เพราะฉะนั้นจึงไม่มีทางที่จะเข้าถึงความว่าง และถ้าตัณหายังหนาแน่นอยู่มากจะเข้าสมาธิไม่ได้เลย จะทำจิตให้สงบจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ไม่ได้ จะไม่สามารถ

นึกคิดอยู่ในเรื่อง ๆ เดียวได้คือเรื่องที่กำหนดเอาไว้ โดยไม่ให้ความคิดในเรื่องอื่น ๆ แทรกเข้ามา ในเมื่อทำไม่ได้ ใจก็จะต้องว้าวุ่นอยู่กับอารมณ์ต่าง ๆ ดีบ้างไม่ดีบ้างสับสนอลหม่านควบคุมจิตใจไม่ค่อยได้ เอาชนะใจไม่ได้ นี่คือความไม่ว่าง ส่วนผู้ที่พยายามตัดกระแสตัณหา พยายามบรรเทาซึ่งกามทั้งหลาย โดยการหมั่นเข้าสมาธิและพิจารณาไตรลักษณ์หรือพิจารณาอริยสัจ ซึ่งจะทำให้ตัณหาเบาบางไปโดยลำดับนั้น ในที่สุดก็สามารถที่จะตัดกระแสตัณหาได้ขาด เมื่อตัดได้ขาดแม้เพียงชั่วขณะ ก็จะเข้าถึงความว่างในขั้นที่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นขั้นโลกุตตระ เป็นความว่างชนิดที่อยู่ตัว ไม่มีเสื่อม และนั่นย่อมหมายความถึงว่าจะสามารถเอาชนะใจ คือเอาชนะความรู้สึกนึกคิดได้เสมอ อันไหนที่ไม่ต้องการก็สามารถปัดออกไปได้ง่าย ๆ นี่คือการเข้าถึงความว่าง

อนึ่งการที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **เมื่อรู้ความสิ้นไปแห่งสังขารทั้งหลายแล้ว ก็จะรู้จักนิพพานซึ่งไม่มีปัจจัย**

อะไรปรุงแต่งนั้น หมายความว่า ในเมื่อเรารู้แจ้งว่า สิ่งทั้งปวงก็ย่อมเกิดจากเหตุ และสิ่งใดเมื่อมีการเกิดก็ย่อมมีการดับ เมื่อเข้าใจเรื่องนี้แจ่มแจ้งก็จะรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่มีจริง เพราะบรรดาสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นนั้นล้วนแต่มีเหตุ และในที่สุดก็ต้องดับเพราะความสิ้นแห่งเหตุ โดยเฉพาะคือรู้แจ้งว่า เบญจขันธ์หรือนามรูปซึ่งเป็นที่ตั้งของอุปาทานนี้ เมื่อมองเห็นชัดว่าสิ่งเหล่านี้ไม่มีจริง ก็หมายถึงมองเห็นชัดว่าตัวเราไม่มี ใจก็ไม่เกาะเกี่ยวหรือติดอยู่ในอารมณ์ใด ๆ คือใจจะว่างจากอารมณ์จากความนึกคิดต่าง ๆ ไปโดยลำดับ จนกระทั่งว่างจริง ๆ ครั้นแล้วก็จะรู้ด้วยตัวเองว่า ภาวะซึ่งเรียกว่านิพพานคืออะไร เพราะเหตุใดจึงเป็นสิ่งที่มีอยู่เสมอและเป็นที่ดับสนิทของความทุกข์ ข้อสำคัญอย่าลืมเป็นอันขาดว่า **การที่จะเข้าถึงภาวะอันนี้ จะใช้วิธีนึกคิดหรือจะใช้วิธีหยั่งรู้ไม่ได้ทั้งสิ้น** แต่หากต้องเป็นสิ่งที่ทำได้ด้วยตัวเอง คือสามารถทำใจให้ว่างได้จริง ๆ เมื่อความจริงมีอยู่อย่างนี้ คนที่ไม่พยายามฝึกสมาธิให้ดี

มัวแต่มานั่งคิดพิจารณาทำความเข้าใจเอาเองนั้น ย่อมไม่มีทางเข้าถึงได้อย่างแน่นอน

อนึ่ง ใคร่ที่จะชี้แจงให้ทราบอีกครั้งหนึ่งว่า ผู้ที่จะเข้าถึงความว่างหรือทำใจให้ว่างได้จริง ๆ นั้น จะต้องมีความแน่ใจเสียก่อนว่า ตัวเราได้มีมานานแล้ว และจะมีอยู่ตลอดไปชั่วกัลปาวสานหรือชั่วนิรันดร ไม่มีวันแตกดับ ไม่มีวันสูญสิ้น และไม่มีสิ่งใดที่จะทำให้มันแตกดับหรือสูญสิ้นหมดไปได้ ซึ่งตัวตนที่ว่านี้คือ **ตัวตนที่เป็นวิบาก เป็นตัวตนที่มีปรากฏการณ์ เป็นตัวตนที่มีชีวิตอยู่เสมอ** เพราะการที่เราตายแล้วก็เกิดอีกมีตัวตนเกิดขึ้นมาอีกนั้น ก็เพราะอาศัยตัวตนที่เป็นวิบากอันนี้ เพราะฉะนั้นจึงพูดได้ว่า *ฉันเป็นคนไม่ตาย ฉันอยู่เหนือความตาย ใคร ๆ จะทำให้ฉันตายไม่ได้ ฉันสามารถอยู่ได้นานแสนนานตราบเท่าที่ต้องการจะอยู่* ขอให้จำไว้ให้ดีว่าความรู้แจ้งในสัจธรรมอันนี้ต้องมีมาก่อน จึงจะสามารถละตัณหาอุปาทานได้ เพราะการเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในเรื่องตัวตนที่เป็นวิบากนี้ จะทำ

ให้เรารู้สึกสบายใจอยู่เสมอในเมื่อเราแน่ใจว่า **ทุกอย่างเกิดจากใจสำคัญที่ใจ** หรือพูดอีกนัยหนึ่งเราเชื่อว่า **พระเจ้ามีจริง พระผู้เป็นเจ้าที่สร้างโลกและสิ่งทั้งปวงในโลกรวมทั้งตัวเราเองด้วย พระเจ้าที่ว่านี้มีจริง ๆ** และพระเจ้าที่ว่านี้เป็นอมตะ คือ ไม่รู้จักตาย และเราเชื่อแน่ว่า **ถ้าเราได้สร้างกุศลไว้อย่างเพียงพอแล้ว เมื่อเราปรารถนาสิ่งใดก็จะได้สมความปรารถนาทุกประการ และทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดจากกุศลของตัวเองนั้น ไม่มีวันสูญหาย** เป็นสิ่งที่ยั่งยืนตลอดไป ผู้ที่เข้าใจเรื่องอัตตาดังที่กล่าวมานี้เท่านั้น จึงจะสามารถเข้าถึงอนัตตา คือสามารถปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างที่เคยยึดถือว่าเป็นตัวเราหรือของของเราได้

ทั้งนี้ก็เพราะเหตุว่า การปล่อยวางหรือการเสียสละ คนเราจะทำได้ก็ต่อเมื่อมีสิ่งชดเชย ดังเช่น **พระพุทธเจ้าตรัสว่า พระอริยะย่อมออกจากกามทั้งหลาย เพราะอาศัยเนกขัมมะ** ซึ่งคำว่า **เนกขัมมะ** มิได้มีความหมายเพียงแค่การบวชเท่านั้น คำ ๆ นี้ในความหมายที่แท้จริง หมายถึงฌานและวิปัสสนารวม

ทั้งมรรคผลนิพพานด้วย ในที่นี้หมายความว่า ผู้ที่เข้าฌานได้และเจริญวิปัสสนาได้ผลนั้น ย่อมจะได้พบกับความสุขอย่างใหม่ ซึ่งเป็นความสุขที่สูงกว่าประณีตกว่า ยั่งยืนกว่าความสุขในทางกามมากมาย และยิ่งกว่านั้น ยังทำให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ยิ่ง ๆ ขึ้นอีกด้วย เพราะได้พบสิ่งที่ประเสริฐกว่ากามจึงทำให้ละกามได้ ในทำนองเดียวกัน ผู้ที่จะเสียสละสิ่งของของตน เพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่นได้ ผู้ที่จะมีศรัทธาอย่างมั่นคงนั้น ก็คือผู้ที่มองเห็นประโยชน์ของการเสียสละอันจะเกิดขึ้นแก่ตนเองยิ่งกว่าสิ่งของที่เสียสละ และมองเห็นชัดอีกด้วยว่า ถ้าเราไม่มีการเสียสละ เราก็จะพ้นทุกข์ไม่ได้ ชีวิตจะมีความสมบูรณ์ขึ้นมาไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ผู้ที่เข้าใจเรื่องอัตตา ซึ่งก็หมายถึงเข้าใจเรื่องตัวตนที่เป็นวิบากอย่างลึกซึ้ง จนกระทั่งมองเห็นได้ชัดว่าสิ่งนี้แหละคือพระเจ้าที่สร้างตัวเรา และทุกสิ่งทุกอย่างที่เกี่ยวกับตัวเรานั้น จึงเต็มใจเสียสละทุกอย่าง แม้กระทั่งชีวิต เมื่อมีการเสียสละอยู่เสมอด้วยความเต็มใจ การปล่อยวางเกี่ยวกับเรื่องวัตถุ ตลอด

ถึงการปล่อยวางเกี่ยวกับร่างกายชีวิต และชื่อเสียงก็ย่อมจะทำได้

อนึ่ง ผู้ที่เข้าใจถึงเรื่องอัตตาคือเข้าใจเรื่องวิบากอย่างลึกซึ้งนั้น เขาจะได้ข้อสังเกตอยู่อย่างหนึ่งกล่าวคือ **ความทุกข์ที่เกิดขึ้นทุกครั้งย่อมมีวิบากของมัน และถ้าวิบากของมันมีอยู่ ก็หมายถึงความทุกข์จะต้องเกิดอีก และการที่จะพ้นทุกข์ได้ก็มีอยู่ทางเดียว คือจะต้องสามารถทำใจให้สบายได้ ในขณะที่มีความทุกข์ยากลำบากหรือมีภัยอันตรายเกิดขึ้น ถ้ายังไม่สามารถทำใจให้สบายได้ก็จะหนีจากความทุกข์ หนีจากเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์นั้นไม่ได้** เมื่อได้ข้อสังเกตเช่นนี้แล้ว ก็จะเริ่มรู้สึกเห็นคุณค่าและความจำเป็นอย่างแท้จริงของการสร้างคุณธรรมให้เกิดขึ้นในใจของตน และเริ่มรู้สึกมองเห็นชัดว่า ตัณหาอุปาทานคือต้นเหตุแห่งความทุกข์ และการที่จะกำจัดตัณหาอุปาทานให้หมดไปได้ ก็ต่อเมื่อต้องมีการเสียสละอยู่เสมอ และต้องเป็นการเสียสละที่ไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ด้วย เป็นการเสียสละที่ทำไปด้วยความเมตตากรุณา

ด้วยความเคารพนับถือ ด้วยความกตัญญู และด้วยการมองเห็นประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่คนทั้งหลายเท่านั้น จึงจะสามารถละตัณหาอุปาทานได้

และในที่สุดก็จะมองเห็นว่า การที่จะทำใจให้สบายได้ในทุกเหตุการณ์นั้น ต้องสามารถกำจัดตัณหาอุปาทานให้หมดสิ้นจริง ๆ ซึ่งจะทำได้ก็ต่อเมื่อต้องสามารถเข้าสมาธิได้ดี และสามารถที่จะมีความรู้ที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัส จึงจะสามารถกำจัดตัณหาอุปาทานได้หมดสิ้น และเข้าถึงความรู้แจ้งในสิ่งทั้งปวง และในเวลาเดียวกันก็จะเริ่มมองเห็นว่าความอยากมีตัวตนอยากมีนามรูป ตายแล้วอยากเกิดอีก ความอยากในลักษณะอย่างนี้ถ้าหากยังมีอยู่ จะไม่สามารถเข้าสมาธิได้ลึก และจิตใจจะเป็นอิสระอย่างแท้จริงไม่ได้ เพราะมันจะมีแต่ความกดดันอยู่ภายใน เมื่อการปฏิบัติดำเนินมาถึงขั้นนี้แล้ว ก็จะรู้สึกเห็นได้ชัดว่า ความอยากเกิดอยากมีตัวตนนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นสิ่งที่จะต้องละ คือจะต้องพยายามเข้าถึงความว่างความไม่มีตัวตน และจะเข้าถึงได้ก็ต่อ

เมื่อรู้แจ้งจริง ๆ ว่า **สิ่งใดมีการเกิด สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับ สิ่งใดดับได้ สูญสิ้นได้ หมดไปได้ เปลี่ยน-แปลงได้ สิ่งนั้นย่อมไม่มีตัวตนของมันที่แท้จริง** เพราะฉะนั้นตัวเราจริง ๆ จึงไม่มี แต่ตัวตนที่เป็นวิบากนี้ก็เป็นสังขตธรรม คือเป็นสิ่งที่มีปัจจัยปรุงแต่ง เพราะวิบากทุกอย่างย่อมเกิดจากการกระทำ เพราะฉะนั้นตัวตนที่เป็นวิบากแม้จะยั่งยืนสักเพียงไร มันก็ดับได้ สูญสิ้นได้หมดไปได้ ด้วยการไม่ยึดถือตัวตนใด ๆ เพราะมองเห็นชัดว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของว่างเปล่าไม่มีจริง ด้วยวิธีนี้เท่านั้นจึงจะสามารถดับตัวตนนั้นได้ และนี่แหละคือการบรรลุถึงนิพพาน

จากแนวความคิดที่ได้อธิบายมานี้ ท่านจะเห็นได้ชัดว่า **คนเราจะเข้าถึงอนัตตาได้ก็ด้วยความเข้าใจเรื่อง อัตตาอย่างแจ่มแจ้ง อัตตาที่เป็นอมตะในความหมายดังที่ได้กล่าวมา.**

*****

ตอนที่ ๙

(ต่อ)

*** ภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาป ซึ่งเป็นผู้ที่มีสติอยู่เสมอ**

บทความเรื่องความว่างตอนที่ ๙ เท่าที่เขียนมาแล้วในหนังสือวิญญาณฉบับเดือนกันยายน-ตุลาคม ยังไม่จบ มีข้อปลีกย่อยอีกหลายอย่างที่จะต้องอธิบาย เพราะฉะนั้นจึงขอนำมาเพิ่มเติมในฉบับนี้ ก่อนอื่นขอให้นึกถึงคำพูดที่ได้กล่าวมาแล้วว่า :-

คนที่ทำความดี แต่มีความยึดมั่นในความดี ปล่อยวางไม่ได้ เลิกคิดไม่ได้นั้นก็จะถูกความดีทรมาน

ตราบใดที่การทำความดีของเรายังไม่บริสุทธิ์ ยังไม่เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์ แต่เป็นไปเพื่อหวัง

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๑๑-๑๒ พฤศจิกายน-ธันวาคม ๒๕๑๕

หมายถึงเฉพาะแต่ความรักความใคร่ หรือความอยากในทางต่ำเท่านั้น แต่หมายถึงความรักความพอใจ ความใคร่ ความต้องการความปรารถนาทุกอย่างทั้งในทางดีและไม่ดี โดยที่สุดความไม่พอใจ ความไม่ชอบ ความเกลียด ความไม่ต้องการ ก็เป็นตัณหาเหมือนกัน ซึ่งเรียกว่า วิภวตัณหา เพราะฉะนั้นการที่จะดูว่าเป็นตัณหาหรือไม่เป็นนั้น จะคิดเอาแต่เพียงว่า ถ้าต้องการก็เป็นตัณหา ถ้าไม่ต้องการก็ไม่ใช่ตัณหา เช่นนี้ไม่ได้ ข้อสำคัญต้องรู้ลักษณะเฉพาะของตัณหา กล่าวคือ **การปล่อยวางไม่ได้** เพราะเมื่อมีตัณหาย่อมมีอุปาทาน ถ้าตัณหาไม่มี อุปาทานย่อมไม่มี

อนึ่ง โดยธรรมดาคนทั่วไป มักจะละตัณหากันแบบนี้กล่าวคือ เมื่อเราอยากจะทำอะไรหรืออยากได้อะไรก็พยายามสนองความต้องการ เมื่อได้สมความปรารถนาแล้ว ความอยากในเรื่องนั้นก็หมดไป ทุกคนรู้ดีว่าเมื่อเราอยากได้อะไร เมื่อยังไม่สมความปรารถนาก็เป็นทุกข์ ครั้นได้สมความปรารถนาก็เป็นสุข ความสุข

เกิดขึ้นก็เพราะตัณหาสงบ และถือเป็นหลักในการดำเนินชีวิตว่าความสุขอยู่ที่ความพอใจ เพราะฉะนั้นจึงพยายามทุกอย่างที่จะสนองความอยาก หรือความต้องการ วิธีละตัณหาที่คนในโลกใช้กันอยู่เสมอเป็นประจำก็คือวิธีนี้ แต่อย่างไรก็ดี การสนองความต้องการโดยวิธีนี้ เป็นเพียงการทำให้ความอยากสงบลงชั่วคราวเท่านั้น ไม่ได้ทำให้ตัณหาหมดไปจากสันดาน และที่ร้ายที่สุด ก็คือ คนส่วนมากไม่รู้ว่าทุกครั้งที่ตัณหาเกิดมันก็จะสร้างวิบากของมันสืบต่อไปอีก ซึ่งหมายความว่าตัณหาจะสืบพันธุ์ของมันต่อไปเรื่อย ๆ ไม่มีทางหมดสิ้นไปจากสันดานได้เลย เพราะฉะนั้น คนที่ตามใจตัวเองอยู่เสมอในที่สุดก็จะใจแตก ควบคุมตัวเองไม่ได้ เพราะความอยากมีมากขึ้นและรุนแรงขึ้น ซึ่งในที่สุดเมื่อเกิดความอยากขึ้นมาแล้วเป็นต้องทำตามความอยาก จะยับยั้งตัวเองไม่ได้เลย แม้จะรู้อยู่ว่าการตามใจตัวเองเช่นนั้นมีโทษ มีอันตราย ไม่ดีอย่างนั้น อย่างนี้ แต่ก็ช่วยไม่ได้ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อตกเป็นทาสของ

ตัณหาแล้ว ย่อมหมายถึงการตกเป็นทาสอารมณ์ สุดแล้วแต่อารมณ์จะชักจูงไป ความนึกคิดที่ทำให้เกิดความทุกข์ทรมาน ทำให้เกิดความไม่สบายใจ มันจะวนเวียนอยู่ในจิตใจตลอดเวลา จะปัดออกไปได้ยากที่สุด อย่าลืมว่า **ลักษณะเฉพาะของตัณหา ก็คือการปล่อยวางไม่ได้**

การตกเป็นทาสตัณหา หรือพูดอีกนัยหนึ่งคือการเอาชนะใจตัวเองไม่ได้ มันเป็นสิ่งที่ร้ายกาจเพียงใด ขอให้พิจารณาดูพุทธภาษิต ดังต่อไปนี้

ภิกษุทั้งหลาย มีอยู่นรกที่มีความเร่าร้อนมาก คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ที่ได้ประสบเข้าแล้ว ไม่เป็นที่พึงปรารถนาน่ารักใคร่ชอบใจเลย สิ่งเหล่านี้แหละ คือนรกที่แผดเผาอย่างใหญ่หลวงทีเดียว

ยังมีอยู่อีกนะ ภิกษุทั้งหลาย นรกที่ร้อนแรงยิ่งกว่านี้ น่ากลัวยิ่งกว่านี้ คือผู้ใดที่ไม่รู้ตามความเป็นจริงซึ่งอริยสัจ ๔ เขาย่อมจะยินดีในสังขารทั้งหลาย เมื่อ

ยินดีในสังขารทั้งหลาย เขาก็ย่อมจะต้องเวียนว่ายตายเกิด เมื่อมีการเกิด ก็ย่อมจะต้องมีการแก่ เจ็บ ตาย ความเศร้าโศกปริเทวนาการ ความทุกข์กาย ทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ เขาจะล่วงพ้นจากความทุกข์เหล่านี้ไปไม่ได้ นี่แหละภิกษุทั้งหลาย นรกที่ร้อนแรงยิ่งกว่า น่ากลัวยิ่งกว่าที่กล่าวมาแล้ว

ข้อความที่กล่าวมานี้เป็นพุทธภาษิตมีอยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๙ หน้า ๕๖๓ ซึ่งถ้าหากเราพิจารณาทบทวนอย่างละเอียด พร้อมทั้งมีความเข้าใจซาบซึ้งในเรื่องของตัณหา เราก็จะมองเห็นได้ชัดว่าคนที่เอาชนะใจตนเองไม่ได้ ทำใจให้ว่างไม่ได้นั้นจะต้องเดือดร้อน เพราะความคิดของตนเพียงไร นรกเช่นนี้เข้าใจง่าย แต่คนส่วนมากไม่เห็น ทั้งที่คนส่วนใหญ่อยู่ในนรกเช่นนี้เกือบตลอดเวลา ดังเช่นที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้อีกแห่งหนึ่งว่า :-

ภิกษุทั้งหลาย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถูกไฟเผาร้อนอยู่เสมอ อะไรคือไฟ ? ราคะ โทสะ โมหะ

เรากล่าวว่าเป็นไฟ ชาติ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส เราก็กล่าวว่าเป็นไฟ

จากหลักพุทธภาษิตนี้แสดงว่า นรกมีอยู่ที่ใจของเรา คนที่ตกนรกบ่อยก็คือคนที่เอาชนะตัณหาไม่ได้ คือปล่อยวางอะไรไม่ค่อยได้ ผิดหวังหรือไม่ได้อย่างใจก็เดือดร้อนแล้ว หรืออยากได้อะไร เมื่อยังไม่ได้ จิตใจก็ทุรนทุรายหาความสุขไม่ได้ เพราะเหตุนี้คนในโลกจึงพากันตกนรกมากที่สุด ดังเช่นที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดังนี้

ครั้งหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงตักฝุ่นขึ้นมาด้วยปลายเล็บ แล้วถามภิกษุทั้งหลายว่า ฝุ่นในเล็บมือกับฝุ่นในผืนแผ่นดินใหญ่ ข้างไหนจะมากกว่ากัน ภิกษุทั้งหลายได้ทูลตอบว่า ฝุ่นในแผ่นดินใหญ่มากกว่า ครั้นแล้วพระองค์ก็ได้ตรัสต่อไปว่า ข้อนี้ฉันใด ผู้ไปสู่นรกไปสู่อบายก็มีมาก เหมือนกับฝุ่นในแผ่นดินใหญ่ฉันนั้น ทั้งนี้ก็เพราะผู้ที่รู้แจ้งอริยสัจมีน้อย

จากพุทธพจน์ที่อ้างมานั้นถ้าหากเราเข้าใจว่า **คนที่ตกเป็นทาสของตัณหา ก็คือคนที่ตกนรก เพราะไม่สามารถจะทำใจให้ว่างจากอารมณ์ ว่างจากความรู้สึกนึกคิดที่ทรมานใจตัวเองได้** เราก็จะยอมรับด้วยความจริงใจว่า **คนที่ตกนรกเพราะไม่รู้แจ้งอริยสัจนั้นมีมากเท่ากับฝุ่นในปฐพีจริง** ๆ และเป็นการแน่นอนอีกว่า ถ้าในปัจจุบันยังเอาชนะใจของตนเองไม่ได้ คือทำใจให้ว่างจากอารมณ์ว่างจากความนึกคิดที่ทรมานใจไม่ได้ ตายไปแล้วเกิดมาอีกไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไร ก็จะต้องอยู่ในนรกตลอดไป ยิ่งในเมื่อเข้าใจแจ่มแจ้งว่า ชีวิตจริง ๆ ไม่มีการตาย เพราะทุกคนในขณะที่ร่างกายกำลังจะตายนั้น ก็จะมีชีวิตเกิดขึ้นมาใหม่สืบต่อมาจากกายเนื้อ

กายที่เกิดใหม่ซึ่งเป็นกายทิพย์นั้นรูปร่างอาจจะผิดไปจากเดิมได้ **แต่สภาพของจิตใจจะไม่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมเลย** คือก่อนที่จิตจะดับมีสภาพเป็นอย่างไร ในขณะปฏิสนธิ จิตก็จะมีสภาพเป็นอย่างนั้น และสภาพของจิตก่อนที่จะตายนี่เอง จะเป็นผู้กำหนด

โชคชะตาของชีวิตในกาลต่อไป คนที่ละทิ้งกายเนื้อไปแล้วนั้น ไม่ได้หมายความว่าจะพ้นทุกข์ เว้นไว้แต่ว่าจะตายลงในขณะที่จิตใจเป็นสุข จิตใจผ่องใสจิตใจเป็นกุศลเท่านั้น ชีวิตต่อไปจึงจะมีความสุข และข้อสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่ควรจะตระหนักให้มากก็คือ ในขณะที่กำลังจะตายนั้น เราไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ เพราะชีวิตในตอนนี้ก็เหมือนกับเมื่อตอนที่เราหลับแล้วฝัน เราไม่อาจที่จะบังคับตัวเองให้ฝันอย่างนั้นอย่างนี้ ตามที่เราต้องการ ใครจะฝันดีฝันร้ายอย่างไร มันสุดแล้วแต่สภาพของจิตใจ คนที่ทำความชั่วไว้มาก นิสัยสันดานไม่ดีก็จะมีแต่ฝันร้าย ส่วนคนที่ประกอบแต่กรรมดี พื้นจิตใจดี ก็จะฝันแต่เรื่องที่ดีเป็นส่วนมาก เมื่อเราเข้าใจเช่นนี้แล้วลองนึกดู คนที่ไม่สามารถทำใจให้ว่างได้ในชีวิตประจำวัน คือส่วนมากมีแต่อารมณ์ มีแต่ความรู้สึกนึกคิดที่ก่อให้เกิดความทุกข์อยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนี้เราก็ไม่มีทางอื่นที่จะเอาชนะความทุกข์ได้ ต่อให้มีเงินมีอำนาจหรือมีความรู้สูงสักเพียงไรก็ช่วย

ไม่ได้ ในเมื่อเอาชนะใจตนเองไม่ได้ เพราะสิ่งที่มีซึ่งแสวงหามาได้ด้วยความทุกข์ยากลำบากนั้น แทนที่จะเป็นประโยชน์ มันกลับจะเป็นโทษมากขึ้นเพราะตัณหามีมากขึ้น

โดยธรรมดาแม้คนที่ทำความดีอยู่เสมอ ก็ยากที่จะเอาชนะความคิดของตัวเองได้ โดยเฉพาะความคิดที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล เช่นความเป็นห่วงลูก เป็นห่วงทรัพย์สมบัติ เป็นห่วงชื่อเสียง กลัวจะยากจน กลัวจะลำบาก กลัวเขาจะดูถูก ความคิดต่าง ๆ เหล่านี้ แม้แต่คนดีก็หนีไม่พ้น มันทรมานจิตใจเราอยู่เสมอ บางครั้งเราต้องการที่จะขับไล่ความคิดเหล่านี้ออกไป แต่แล้วก็ทำไม่ได้ ก็ในเมื่อแม้แต่คนดียังเดือดร้อนเพราะความคิดของตัว แล้วคนชั่วเขาจะเดือดร้อนมากขึ้นอีกสักเพียงใด ในเมื่อคนชั่วเอาชนะใจตนเองไม่ได้เลยแม้กระทั่งในเรื่องที่เห็นโทษอยู่ชัด ๆ ความคิดส่วนใหญ่ของคนชั่วก็มีแต่เรื่องชั่วร้าย อันความคิดที่ชั่วนั้นแม้ไม่ลงมือทำตามความคิด เพียงแต่คิดอยู่ในใจมัน

ก็เดือดร้อนแล้ว ถ้ายิ่งไปกระทำความชั่วตามความคิดอันนั้นด้วย มันยิ่งจะเดือดร้อนเพิ่มขึ้นอีกมากมาย ความคิดที่ทรมานใจเหล่านี้จะขับไล่ไม่ออก ลองคิดดูสมมติว่า เราไปฆ่าคนอื่น แม้เราจะเสียใจสักเพียงไร เพราะการกระทำของเรา เราก็ยังมีเวลาที่จะปัดความคิดเหล่านี้ออกไปได้บ้าง แต่ถ้าหากคนไหนไปฆ่าพ่อหรือแม่ของตนเองถึงแก่ความตาย ความคิดอันนี้มันจะฝังใจอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะกำลังทำอะไรอยู่ก็อดคิดไม่ได้ คิดขึ้นมาทีไรก็เสียใจทุกครั้ง และถ้าหากว่าจิตใจของเรากระด้างเพราะความอกตัญญู คือแม้จะทำลงไปแล้วก็ไม่เสียใจในการกระทำของตน ซึ่งถ้าหากเป็นเช่นนี้ เขาก็ยิ่งจะเดือดร้อนเพราะความอกตัญญูอยู่ตลอดเวลา ซึ่งมันร้ายยิ่งกว่าคนที่ประทุษร้ายเพราะอารมณ์ชั่ววูบ ซึ่งทำแล้วก็เสียใจสำนึกผิดเพราะความกตัญญู

การพิจารณาโทษของบาป ถ้าคิดตามแนวดังที่กล่าวมา จะทำให้เข้าใจง่าย และสามารถที่จะเปรียบเทียบได้ด้วยตนเองว่า การทำความชั่วกับการทำความดี

ผลแตกต่างกันอย่างไร และผลที่ว่านี้เห็นง่าย เพราะตนเองได้รับอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน คนชั่วทำความชั่วก็เพราะตัณหา คนดีทำความดีก็เพราะตัณหา คนทั้งสองประเภทนี้ย่อมจะเดือดร้อนเพราะความคิดของตัวเอง แต่ในเมื่อเปรียบเทียบกันแล้ว คนที่ทำความชั่วตัณหาหยาบคายกว่ามาก ส่วนคนที่ทำความดีตัณหาประณีตกว่า เพราะฉะนั้นคนดีจึงเดือดร้อนน้อยเพราะความคิดของตนเอง อย่าลืมว่า ลักษณะเฉพาะของตัณหาก็คือ การปล่อยวางไม่ได้ เพราะฉะนั้นคนที่ทำความชั่วซึ่งมีตัณหาหยาบกว่านั้น เขาจะต้องเดือดร้อนเพราะความคิดของตนยิ่งกว่าคนดีหลายเท่า

คนที่ทำความชั่วเมื่อทำบ่อย ๆ ก็เกิดความเคยชินและจะไม่ค่อยรู้สึกเดือดร้อนใจเพราะการกระทำของตน เหมือนพวกที่ฆ่าสัตว์เป็นประจำเพื่ออาชีพ คนประเภทนี้เขาจะไม่ค่อยเดือดร้อนเพราะการฆ่า เพราะเมื่อเขาฆ่าเสร็จแล้วเขาก็ไม่เก็บเอามาคิด ซึ่งผิดกับคนที่กลัวบาปไม่ชินต่อการฆ่าสัตว์ พอไปฆ่าสัตว์แม้

เพียงครั้งเดียวก็จะรู้สึกเสียใจไปนานมาก อดคิดไม่ได้ ในกรณีอย่างนี้ เราจะสอนให้เขาเลิกคิดถึงกรรมชั่วที่แล้วมา บางคนอาจจะเลิกได้ แต่ส่วนมากทำไม่ได้ คนที่ไม่เข้าใจเรื่องชีวิตอย่างลึกซึ้งก็มักจะคิดว่า คนประเภทนี้เดือดร้อนก็เพราะไปยึดถือในเรื่องบาป เพราะคนที่เขาทำบ่อย ๆ จนเคยชินนั้น เขาก็ไม่เก็บเอามาคิด ทำแล้วก็แล้วไป ดูเหมือนว่าคนที่ทำบาปจนเคยชินนั้นจะรู้จักทำใจให้ว่างได้ดีกว่า

อันนี้เป็นการเข้าใจผิดอย่างลึกซึ้ง เพราะไปมองแต่ในแง่เดียว ไม่ได้คิดถึงแง่อื่นเลย คนที่ทำบาปจนเคยชินนั้น ก็แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนแล้วว่าตัณหาหยาบคายมาก เขาอาจจะไม่คิดมากในเรื่องที่เขาทำบ่อย ๆ เพราะเป็นเรื่องที่ไม่ผิดกฎหมาย และเพราะเป็นอาชีพซึ่งจำเป็นต้องทำ แต่อย่างไรก็ดีในเมื่อเขามีตัณหาหยาบ เพราะการฆ่าบ่อย ๆ เช่นนี้ เขาจะปล่อยวางไม่ได้ในเรื่องอื่นที่ทำให้เขาเดือดร้อน แม้เพียงเล็กน้อย ซึ่งผิดกับคนที่มีคุณธรรมสูงจะมีการปล่อยวาง

ได้ดีกว่า และการที่คนประเภทนี้ทำบาปแม้เพียงเล็กน้อยก็เสียใจนั้น แสดงให้เห็นว่าเขามีการปล่อยวางได้ดีในเรื่องการทำบาป กล่าวคือ อะไรที่เป็นความชั่วหรือเป็นการทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นแล้ว เขาเลิกคิดเลิกทำได้ง่าย ซึ่งตรงกันข้ามกับคนที่ทำบาปบ่อย ๆ การปล่อยวางในเรื่องความชั่วจะทำได้ยากมาก ชีวิตประจำวันที่จะมีความสดชื่นแจ่มใสจริง ๆ นั้นหาได้ยาก อย่าลืมว่า คนที่ปล่อยวางอะไรไม่ค่อยได้เพราะตัณหามีมากนั้น ถึงแม้จะมีเงิน มีความรู้หรือมีอำนาจก็ช่วยแก้ไขความทุกข์ในใจของเขาไม่ได้ นอกจากจะช่วยบรรเทาได้เพียงชั่วขณะ แต่ไม่อาจที่จะขุดรากความทุกข์ทางใจออกไปได้เลย

การทำใจให้ว่าง ไม่ได้หมายถึงการทำอะไรตามอารมณ์แล้วก็ไม่ยึดถือ คนที่จะทำใจให้ว่างได้จริง ๆ จะต้องเพียบพร้อมไปด้วยคุณธรรมต่าง ๆ เช่นจะต้องมีความเมตตากรุณาสูง มีหิริโอตตัปปะ มีสติสัมปชัญญะ สามารถถือศีลได้อย่างนี้เป็นต้น เพราะถ้าหากการ

ทำใจให้ว่างมีความหมายแต่เพียงว่า ทำอะไรแล้วก็อย่าไปคิดถึงมัน เพราะมันไม่ใช่ตัวเราทำ หรือของของเราอะไรทำนองนี้ ผู้ที่ปฏิบัติอย่างนี้จะมีความกดดันเกิดขึ้นในรูปที่แปลก ๆ จนกระทั่งตัวเองก็อาจจะไม่รู้สึกตัวว่าเดี๋ยวนี้คนอื่นเขามองตัวเองไปในแง่ไหนบ้าง ซึ่งเป็นแง่ที่ผิดและมักจะให้เหตุผลเข้าข้างตัวเองอยู่เสมอ

การละตัณหาซึ่งเป็นตัวการสำคัญที่จะทำใจของเราให้ว่างนั้น ขอให้นึกถึงหลักเรื่องมรรคมีองค์ ๘ แล้วจะเข้าใจได้ง่าย เพราะผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เช่นไม่มีสัมมาวาจา ไม่มีสัมมากัมมันตะ ไม่มีสัมมาอาชีวะอย่างนี้เป็นต้น เขาย่อมไม่อาจที่จะละตัณหาได้เลย เพราะแม้แต่ตัณหาหยาบ ๆ ซึ่งบังคับให้ตัวเองต้องผิดศีลอยู่เสมอ ก็ยังละไม่ได้เลย ตัณหาที่ประณีตกว่านี้เช่นกามฉันทะในเรื่องนิวรณ์ ๕ ก็ไม่อาจจะละได้ เมื่อละนิวรณ์ไม่ได้ ก็หมายถึงเข้าสมาธิไม่ได้ เมื่อเข้าสมาธิไม่ได้ ก็ไม่ต้องพูดถึงความว่างในแบบที่สมบูรณ์ กล่าวคือใจว่างจากอารมณ์ ว่างจากความรู้สึก

นึกคิดทุกอย่าง ใจเป็นอิสระจริง ๆ ความว่างในลักษณะนี้ซึ่งเป็นขั้นโลกุตตระไม่มีทางที่จะเข้าถึงได้เลย

เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า ผู้ที่จะละตัณหาได้นั้นจะต้องปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ จะเว้นไม่ปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่งไม่ได้เป็นอันขาด เป็นแต่ว่าถ้าศีลสมาธิปัญญายังไม่สมบูรณ์ การละตัณหาในขั้นเด็ดขาดก็ยังมีไม่ได้เท่านั้น การทำใจให้ว่างในขั้นเริ่มต้นหมายถึงการรู้จักปล่อยวางหรือปัดความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ดีออกไปจากจิตใจได้บ้าง รู้จักทำใจให้สบายในทางที่ถูกได้บ้าง ซึ่งการที่จะทำได้เช่นนี้ย่อมขึ้นอยู่กับการละตัณหาอุปาทาน ซึ่งจะต้องหัดละชนิดที่หยาบ ๆ ไปก่อน แล้วจึงค่อยหัดละส่วนที่ประณีตขึ้นไปโดยลำดับ จนกว่าจะละตัณหาได้ขาดจากสันดาน และใจก็จะเข้าถึงความว่างโดยสมบูรณ์ดังที่ได้เคยอธิบายมาแล้ว.

- ๙ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน ต้องละได้ทั้งบุญและบาป

* ภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาป ซึ่งเป็นผู้ที่มีสติอยู่เสมอ

คนเราเดือดร้อนเพราะความคิดของตน ที่ว่าเดือดร้อน ก็เพราะไม่สามารถจะปัดความคิดที่ชั่วหรือความคิดที่ทรมานใจ ความคิดวุ่นวาย ความคิดที่ฟุ้งซ่านออกไปได้ ไม่สามารถจะทำใจให้ว่างจากความคิดเหล่านี้ได้ คนชั่วเดือดร้อนเพราะการกระทำความชั่วของตนเองมองเห็นได้ง่าย และที่เขาทำชั่วก็เพราะเอาชนะความคิดชั่วไม่ได้ เพราะฉะนั้น คนชั่ว

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๙-๑๐ กันยายน-ตุลาคม ๒๕๑๕

เดือดร้อนเพราะความคิดของตนจึงเห็นได้ง่าย ส่วนคนดีถึงแม้จะไม่เดือดร้อนเพราะกรรมชั่ว แต่ก็เดือดร้อนเพราะไม่สามารถจะเลิกคิดในบางสิ่งบางอย่างซึ่งทำให้กังวลใจหรือยุ่งยากใจ เช่นความเป็นห่วงในเรื่องลูก เรื่องทรัพย์สมบัติ เรื่องสุขภาพ เรื่องเกียรติยศชื่อเสียงอย่างนี้เป็นต้น

ขอให้พิจารณาดูถึงข้อความที่ได้กล่าวมาในตอนต้นว่า **"ภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาป"** คำว่า **ภัย** ในที่นี้ไม่ได้มีความหมายถึงภัยอันตรายต่าง ๆ อย่างที่เข้าใจกันเท่านั้น แต่หากหมายถึงภัยทุกชนิดที่ทรมานจิตใจ เพราะฉะนั้น คำว่าภัยไม่มีจึงไม่ได้มีความหมายเหมือนอย่างที่เข้าใจกันอย่างธรรมดา หากแต่มีความหมายเหมือนกับพูดว่า **พระอรหันต์ ถึงแม้จะมีความแก่ความเจ็บความตายตามสภาพของร่างกาย และทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่ แต่ก็ได้ชื่อว่า เป็นผู้ที่พ้นแล้วจากความแก่ความเจ็บความตาย เพราะสภาพเหล่านี้ ไม่สามารถจะทรมานจิตใจของท่านได้ ท่านพ้นไปจาก**

สภาพนี้ไปแล้ว ทั้งนี้ก็เพราะท่านรู้แจ้งว่า ความแก่ ความเจ็บความตายมันเป็นเรื่องของร่างกายเท่านั้น ไม่ใช่เรื่องของท่าน

ขอให้สังเกตว่า **ที่ท่านหลุดพ้น ก็เพราะท่านได้หลุดพ้นไปจากความคิดที่เคยยึดถือไว้แต่ก่อนได้** อย่างเด็ดขาด ท่านรู้สึกจริง ๆ ว่าร่างกายไม่ใช่ตัวท่าน ไม่ใช่ของของท่าน หรืออีกประการหนึ่ง เพราะเหตุที่ท่านได้เข้าถึงความสงบอันประณีต ซึ่งเป็นความสงบขั้นโลกุตตระ ด้วยการเข้าถึงความสงบขั้นนี้ ความทุกข์ทุก ๆ อย่างซึ่งเกิดขึ้นเพราะความคิด ไม่อาจจะเล็ดลอดเข้าไปกระทบกระเทือนถึงความสงบภายในได้ จิตใจของท่านเคยแจ่มใสเคยเบิกบานอย่างไร ก็จะเป็นอยู่อย่างนั้นตลอดกาล ไม่ว่าจะเป็นเวลาหลับหรือเวลาตื่น ไม่ว่าจะยุ่งอยู่กับเหตุการณ์ที่ยุ่งยากสักเพียงไร ก็ไม่กระทบกระเทือนถึงความสงบสุขภายใน ความคิดทุกอย่างที่จะก่อให้เกิดความกลัว ความวิตกกังวล หรือความทุกข์ใด ๆ ท่านละได้เด็ดขาดทุกขณะจิต

ไม่ใช่ละได้ก็เฉพาะในเวลาเข้าสมาธิซึ่งสามารถปัดความคิดทุกอย่างออกไปได้หมด แม้ท่านจะตื่นอยู่ ยุ่งอยู่กับการงาน แต่ในใจของท่านก็เป็นอิสระอยู่ตลอดเวลา เพราะอาศัยความสงบภายใน และอาศัยความรู้แจ้งเรื่องชีวิตตามความเป็นจริง ท่านไม่เดือดร้อนเพราะความคิดแม้ในทางที่ดี

ขอให้สังเกตว่า **คนที่ทำความดี แต่ก็มีความยึดมั่นในความดี ปล่อยวางไม่ได้ เลิกคิดไม่ได้นั้น ก็จะถูกความดีทรมาน** เช่นอย่างในกรณีที่เราอยากจะให้คนอื่นเป็นคนดี เราก็พยายามทำตัวเป็นคนดีเพื่อเป็นตัวอย่าง แต่ในเมื่อคนอื่นทำตามไม่ได้ เราก็มักจะขุ่นใจ เดือดร้อนใจ เพราะความเกลียด เพราะความไม่ชอบ เพราะการถูกขัดใจ นี่คือตัวอย่างของคนที่ทำความดี แต่ยังไม่หลุดพ้นจากความดี จึงต้องเดือดร้อนเพราะความคิดที่ดีของตน พ่อแม่เดือดร้อนเพราะลูก ครูบาอาจารย์เดือดร้อนเพราะลูกศิษย์ ผู้ที่หวังดีต่อการงาน แต่คนในวงงานเดียวกันปฏิบัติงานไม่ถูก หรือ

คนที่หวังดีต่อประเทศชาติ เมื่อใดเห็นความเสื่อมโทรมของชาติ ก็ให้รู้สึกแค้นใจหรือเกิดความโกรธคนนั้น คนนี้ที่เป็นภัยต่อชาติ ทั้งหมดที่ว่านี้ คือคนที่เดือดร้อนเพราะความดียังไม่หลุดพ้นจากความดี คือยังละบุญไม่ได้ เพราะฉะนั้น คำว่าภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาปนั้น จึงไม่ได้มีความหมายเหมือนอย่างที่คนทั่วไปเข้าใจ กล่าวคือเมื่อพูดถึงละบาป ก็เข้าใจกันว่าหมายถึงการไม่ทำความชั่ว ส่วนคำว่าละบุญก็หมายความว่าเลิกทำความดี ซึ่งความเป็นจริงไม่ได้มีความหมายเช่นนั้น แต่หากหมายถึงทั้งที่ทำความดีอยู่เสมอแต่ก็ไม่เดือดร้อนเพราะความคิดที่ดี หรือการกระทำที่ดีของตน และในเวลาเดียวกันก็ไม่เกลียดคนชั่วด้วย

การบรรลุถึงนิพพาน ซึ่งหมายถึงการทำใจให้ว่างหรือการเข้าถึงความว่าง มิได้มีความหมายแต่เพียงว่าปัดความคิดทุกอย่างออกไปหมด ในใจไม่มีความคิดใด ๆ เหลืออยู่ ใจว่างจากอารมณ์ ว่างจากความรู้สึกนึกคิดทุกอย่าง การบรรลุถึงนิพพานมิได้หมายความ

เพียงแค่นี้ แต่ความหมายอันนี้ ก็เป็นความหมายอันหนึ่งที่จะต้องทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้ง กล่าวคือ ผู้ที่บรรลุถึงนิพพานนั้นจะสามารถทำใจให้ว่างจากอารมณ์ ว่างจากความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างได้ทันที ในเมื่อต้องการจะทำอย่างนั้น ซึ่งเป็นการว่างโดยไม่ต้องคอยควบคุมหรือคอยบังคับหรือคอยระวัง ความว่างชนิดนี้เป็นลักษณะประจำตัว เป็นลักษณะปกติของผู้ที่บรรลุถึงนิพพาน ซึ่งทำได้ทุกขณะจิต ถึงแม้ในขณะที่กำลังใช้ความนึกคิด ใจก็เป็นอิสระไม่ยึดมั่นหรือติดอยู่ในความคิดใด ๆ แม้จะเป็นความคิดที่สูงส่งสักเพียงไร ก็สามารถที่จะปล่อยวางได้ทันที ไม่มีความกดดันที่อยากจะแสดงความคิดเห็นอย่างนั้นอย่างนี้ ซึ่งถ้าไม่ได้แสดงก็ทนอยู่ไม่ได้ เพราะมีกำลังขับดันออกมาจากภายใน คนทุกวันนี้ที่เดือดร้อนเพราะความยึดมั่นในความดีของตน หรือยึดมั่นในแนวความคิดที่ตัวเองถือว่าถูกต้องดีวิเศษอย่างนั้นอย่างนี้ และพยายามดิ้นรนทุกอย่างเพื่อที่จะทำตามความคิดของตน หรือเพื่อที่จะให้คนอื่น

เป็นไปตามความคิดของตน คนที่ทำประโยชน์ต่อประเทศชาติ คนที่ใคร ๆ ก็ยอมรับกันว่าเป็นคนดีเป็นผู้นำ แต่แล้วก็ต้องเหน็ดเหนื่อยลำบากใจยุ่งยากใจ และบางทีก็เกิดความโกรธเกิดความคิดที่จะทำลาย ซึ่งในที่สุดจิตใจก็ไม่ได้พักเท่าที่ควร เหนื่อยทั้งกายเหนื่อยทั้งใจ บางทีก็เกิดความเบื่อหน่ายท้อแท้หมดกำลังใจ ความทุกข์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นนี้ก็เนื่องมาจากยังละบุญไม่ได้นั่นเอง ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า คำที่ว่าภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาปนั้น มีความหมายลึกซึ้งเพียงไร

ตามหลักวิชาที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้มีอยู่ว่า **"ผู้ที่จะละได้ทั้งบุญและบาปก็คือ ผู้ที่ไม่มีอวิชาเหลืออยู่ในสันดาน"** ทั้งนี้เพราะมีหลักอยู่ว่า **"อวิชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร ถ้าอวิชาไม่มี สังขารก็ไม่มี"** และคำว่า สังขาร ในที่นี้ก็หมายถึงวิบากต่าง ๆ ทั้งวิบากของกุศลและอกุศล วิบากหมายถึงผลของการกระทำที่เกิดขึ้นในสันดาน ลักษณะเฉพาะของวิบากก็คือ อำนาจ

บังคับให้ต้องพูดให้ต้องทำให้ต้องคิด เหมือนอย่างที่เคยพูดเคยทำเคยคิดมาแล้ว เปรียบเหมือนเมล็ดผลไม้ที่ไม่เน่าไม่เสีย เมื่อได้สิ่งแวดล้อมที่เหมาะมันก็จะต้องงอกขึ้นมา ตราบใดที่มันยังไม่ตาย ก็จะไม่มีอำนาจอันใดไปยับยั้งการงอกของมัน วิบากต่าง ๆ ที่สะสมเอาไว้ในสันดาน ก็เปรียบเหมือนกับเมล็ดผลไม้ต่าง ๆ ถ้าได้สิ่งแวดล้อมที่เหมาะคือ ได้ประสบกับอารมณ์ที่เคยก่อให้เกิดวิบาก วิบากก็จะแสดงอำนาจของมันออกมาทันที กล่าวคือจะผลักดันให้ต้องพูดหรือต้องทำหรือต้องคิดเหมือนอย่างที่เคยเป็นมาแล้ว คนที่ตกอยู่ในอำนาจของวิบาก ย่อมไม่มีทางที่จะทำใจให้ว่างได้ ถึงแม้จะเข้าสมาธิได้ลึกที่สุด จิตนิ่งและสงบมากจนกระทั่งไม่รู้สึกตัว ไม่รู้สึกถึงสิ่งภายนอก ในใจไม่มีความนึกคิด แต่ถึงกระนั้นก็ไม่เรียกว่าว่างจริง ๆ เพราะยังมีการยึดมั่นอยู่ในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งอยู่อย่างเหนียวแน่น ส่วนผู้ที่บรรลุถึงนิพพาน ถึงแม้กำลังคิดอยู่กำลังทำอะไรอยู่ ก็เรียกว่าใจว่าง เพราะตาม

ความรู้สึกที่แท้จริง ความยึดมั่นถือมั่นหรือการเกาะเกี่ยวอยู่ในความคิดใด ๆ จะไม่มีอยู่เลย เพราะใจของพระอรหันต์พร้อมที่จะดับสนิทอยู่ตลอดเวลา

โปรดจำหลักไว้ให้ดีว่า **การกระทำที่ก่อให้เกิดวิบาก ก็คือการกระทำของผู้ที่ยังมีอวิชาตัณหา-อุปาทานอยู่ในสันดาน** การกระทำของบุคคลประเภทนี้ ไม่ว่าจะเป็นกายกรรมวจีกรรมหรือมโนกรรม ก็ก่อให้เกิดวิบากคือในใจของเขาจริง ๆ จะว่างจากอารมณ์ว่างจากความนึกคิดต่าง ๆ ไม่ได้ เขาจะอดนึกคิดไม่ได้ อดพูดอดทำไม่ได้ ในเมื่อประสบกับอารมณ์ที่มายั่วยุ และโปรดจำไว้ว่าผู้ที่สามารถจะทำใจให้ว่างอย่างสมบูรณ์มีอยู่ประเภทเดียวคือพระอรหันต์เท่านั้น

บทความเรื่องนี้สำหรับคนที่ยังทำความชั่ว และไม่คิดจะเลิกจากกรรมชั่วจะมองไม่เห็นประโยชน์เลย ส่วนผู้ที่ทำแต่ความดีอยู่เสมอ แต่ก็เดือดร้อนเพราะมุ่งแต่จะรักษาความดี และอยากจะให้คนอื่นดี แต่แล้วมันก็เป็นไปไม่ได้ คนประเภทนี้อยู่ในฐานะที่จะเข้าใจและนำ

ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ คนที่อยู่ในสถานะของเหตุการณ์อย่างที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ จะเห็นได้ว่ามีความเดือดร้อนกันไม่ใช่เล็กน้อย **คนดีเดือดร้อนก็เพราะความดีของตน** ท่านเห็นแล้วหรือยังว่าเป็นการจำเป็นอย่างยิ่ง ที่เราจะต้องศึกษาให้เข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า **"ภัยย่อมไม่มีแก่คนที่ละได้ทั้งบุญและบาป"** ข้าพเจ้าพยายามที่จะสรุปปัญหาของชีวิตให้สั้นและง่ายต่อการศึกษา เพื่อที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ดังที่เป็นอยู่ทุกวันนี้

"คนเราเดือดร้อนเพราะความคิดของตน" โปรดพิจารณาให้ลึกซึ้ง คนที่ไม่คิดที่จะเอาชนะใจตนเอง ถึงแม้จะมีเงินมีความรู้มีความสามารถสักเพียงไรก็ช่วยให้ตนเองพ้นจากความทุกข์ไม่ได้ ปัญหาในสังคมมีมากขึ้นเป็นลำดับ ก็เพราะคนส่วนใหญ่อยู่ในความหลงผิด เช่นถ้ามีใครเขามาตีหัวเรา โดยที่เราไม่ได้ทำอะไรเขาเลย แล้วเราก็เดือดร้อน ซึ่งไม่ใช่เพราะการเจ็บหัวอย่างเดียว แต่ที่เดือดร้อนมากก็เพราะความเจ็บใจ

เมื่อมีเหตุการณ์ทำนองนี้เกิดขึ้นเราก็คิดว่า ความทุกข์ในใจเกิดขึ้น ก็เพราะคนอื่นเป็นต้นเหตุ ไม่ใช่เพราะเราคิดผิด มองไม่เห็นว่าความเจ็บใจเกิดขึ้นก็เพราะความคิดของตน ที่ร้ายที่สุดก็คือ ไม่สามารถจะเลิกหรือเปลี่ยนความคิดอย่างที่มีอยู่นั้นได้ ทั้งที่รู้ว่าความคิดอันนี้คิดขึ้นมาทีไร มันก็เจ็บใจทุกครั้ง นี่เป็นเพียงตัวอย่างส่วนน้อย ซึ่งอาจจะเข้าใจไม่ยากสำหรับคนบางคน แต่กับคนส่วนใหญ่แล้ว เขาคิดไม่ออกเลยว่าความทุกข์ทั้งหลายเกิดขึ้นก็เพราะความคิดของตน ทั้งนี้ก็เพราะมีอวิชาหนาแน่นมาก

อันที่จริง ถ้าหากเราเข้าใจคำว่าวิบากลึกซึ้ง เราก็ย่อมจะเห็นใจคนส่วนใหญ่ที่ไม่อาจเปลี่ยนความคิดที่ทรมานใจตนเองได้ ภาวะอย่างนี้เรียกว่าเป็นการอยู่ในนรก คนส่วนมากตกนรกก็เพราะไม่รู้แจ้งอริยสัจ แต่อย่างไรก็ตาม ข้าพเจ้าก็ยังคิดว่า ยังมีบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งตั้งใจจะทำประโยชน์ต่อคนอื่นด้วยความสุจริตใจ ไม่คิดที่จะทำให้ใครเดือดร้อน ไม่คิดที่จะทุจริตต่อหน้าที่

เป็นคนมีความรู้ความสามารถ แต่คนเหล่านี้กำลังจะหมดกำลังใจ เพราะตัวเองเข็ญไม่ไหว เนื่องจากคนส่วนใหญ่ประพฤติกันแต่ในทางทุจริต ถ้าคนในกลุ่มนี้พากันหมดกำลังใจ ไม่นานเท่าไร โลกนี้ก็คงจะพินาศแน่ แต่ก็มีอยู่ทางเดียวเท่านั้น ที่คนเหล่านี้จะมีกำลังใจทำความดีอยู่เรื่อย ๆ คือ **ขอให้พยายามศึกษาให้เข้าใจถึงความหลงผิดที่มันครอบงำเราอยู่** การทำความชั่วหรือการทุจริตนั้น โดยปกติก่อให้เกิดความเดือดร้อนยิ่งกว่าการทำความดีหลายเท่า แต่ก็อย่าได้เข้าใจผิดว่า **คนที่ทำดีจะไม่เดือดร้อนเพราะความดีของตัว** คนดีก็เดือดร้อนได้ ทั้งที่ไม่มีใครเขาทำอะไรให้ เราทำให้แก่ตัวเราเอง คนที่ทำความดีจะไม่เดือดร้อนเพราะความดีมีอยู่ทางเดียวเท่านั้น คือจะต้องรู้จักหัดปล่อยวาง ขอให้พิจารณาว่า ตราบใดที่การทำความดีของเรายังไม่บริสุทธิ์ ยังไม่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้น แต่เป็นไปเพื่อความหวังลาภสักการะ ยังหวังผลในทางวัตถุอยู่ ย่อมจะหลุดพ้นจากความทุกข์ไม่ได้ เพราะในเมื่อ

ยังหวังผลเช่นนั้น มันก็ไม่ผิดอะไรกับคนที่ทำความชั่ว ซึ่งก็หวังผลอย่างเดียวกับคนที่ทำความดี มันต่างกันในเรื่องวิธีการเท่านั้น เช่นคนหนึ่งโกหกโดยไม่มีศิลปะ หรือโกหกอย่างหน้าด้านใคร ๆ ก็ลงความเห็นว่า คนอย่างนี้ใช้ไม่ได้ เป็นคนเลว แต่อีกคนหนึ่งโกหกอย่างมีเทคนิคคนอื่นจับไม่ได้ แต่ทั้งสองคนนี้มันก็คือคนโกหกเหมือนกัน

โปรดอย่าคิดว่า **คนที่โกหกอย่างฉลาดนั้นจะไม่มีผลตอบสนอง** ทุกวันนี้คนส่วนใหญ่อยู่ในการโกหก เพราะฉะนั้นความวุ่นวายความเดือดร้อน ภัยต่าง ๆ จึงเกิดขึ้นมาไม่สิ้นสุด ในยุคปัจจุบันถ้าหากจะมีคนสักกลุ่มหนึ่งที่เข้าถึงพระพุทธศาสนาจริง ๆ ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องดำเนินชีวิต พยายามทำงานทุกอย่างด้วยความซื่อสัตย์สุจริตด้วยความขยันหมั่นเพียร รู้จักรับผิดชอบ และในเวลาเดียวกัน จุดหมายแห่งการดำเนินชีวิตของเขา ก็อยู่ที่การสร้างฐานะทางจิตใจให้สูงขึ้น เพราะรู้อยู่ว่า **ทุกอย่างเกิดจากใจ** สำหรับบุคคลที่มี

จิตใจสูงด้วยคุณธรรม สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมหลาย อย่างเช่นนี้ ย่อมจะสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมากมายทีเดียว และความหลุดพ้นส่วนตัว ความสมบูรณ์ของชีวิต ก็เป็นอันหวังได้อย่างแน่นอนอีกด้วย แต่ตราบใดที่เรายังเปลี่ยนความคิดซึ่งติดอยู่ในวัตถุอย่างเหนียวแน่นไม่ได้ ต่อให้มีความสมบูรณ์ในเรื่องวัตถุสักเพียงไร ก็ไม่อาจจะหลุดพ้นได้ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต

"ภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาป ซึ่งเป็นผู้ที่มีสติอยู่เสมอ" พุทธภาษิตบทนี้ ขอได้โปรดพิจารณาทบทวนให้เข้าใจจริง ๆ เพราะเป็นบทที่ให้แสงสว่างแก่คนในยุคปัจจุบันได้อย่างดีมาก แม้แก่คนที่ยังอยู่ห่างไกลต่อการบรรลุมรรคผล พุทธภาษิตข้อนี้ก็จำเป็นต้องนำเอามาใช้ในชีวิตประจำวัน เพราะใครก็ตามที่เราเรียกกันว่าเป็นคนดีนั้น ถ้าหากยังประณามว่าคนอื่นไม่ดี ก็หมายถึงว่าเขายังหลงอยู่ในความดีของตัว เขาไม่รู้ว่า **คนที่ทำความดีจะไม่เดือดร้อน**

เพราะความดี ก็ต่อเมื่อต้องเห็นใจคนชั่วด้วย ต้องมีใจเมตตากรุณาต่อคนชั่วด้วย และในเวลาเดียวกัน ก็ต้องตีราคาความดีของตนเองให้ถูกต้องด้วย การทำความดีทุกอย่างต้องทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ คือทำเพื่อความหลุดพ้น และจะต้องพยายามเปลี่ยนความคิดที่หลงผิดที่ฝังแน่นอยู่ในสันดาน คือความคิดที่ว่า ในเมื่อคิดจะทำอะไรจะต้องหวังผลในทางวัตถุเสมอ ความคิดอันนี้เป็นความชั่วที่ติดสันดานมนุษย์ชาติมานานแล้ว ทั้งนี้ก็เพราะมองไม่เห็นว่า ทุกอย่างเกิดจากใจ **สำคัญที่ใจ ต้องสร้างจิตใจให้สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมทุกอย่าง จึงจะสมบูรณ์ด้วยวัตถุทุกอย่าง** และตลอดเวลาที่ทำความดีนั้น ถ้าทำเพื่อความดีก็จะสบายใจอยู่ได้เสมอ ไม่ว่าเหตุการณ์จะเป็นอย่างไร คนอื่นเขาจะประพฤติกันอย่างไรเราจะไม่เดือดร้อน จงอย่าคิดแต่เพียงจะละความชั่วเพียงอย่างเดียว แต่จงพยายามที่จะละความดีด้วย ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาปจึงจะไม่มีภัย ละแต่เพียงความชั่วอย่างเดียวภัยย่อมไม่หมด

. และคำว่าละความดีนั้นโปรดจำไว้ให้ดีว่า ไม่ได้หมายความว่าจะเลิกทำความดี ความดีเป็นสิ่งที่เราจะต้องทำ เพราะถ้าเราไม่ทำดี ก็หมายถึงจะต้องทำชั่ว คำว่าละความดีหรือละบุญ หมายความว่าให้เราทำความดีเพื่อความดี ทำความดีเพื่อความหลุดพ้นไม่ให้หวังผลในทางวัตถุ เช่นคนบางคนบริจาคทานก็เพื่อต้องการจะละความโลภความตระหนี่ ทำไปก็เพื่อจะหัดปล่อยวางในเรื่องวัตถุ และทำก็เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ส่วนตัวเองแม้จะไม่ได้อะไร ก็ยังเต็มใจที่จะทำ การทำความดีแบบนี้เรียกว่าทำความดีแต่อยู่เหนือความดี หรือละความดีได้ ซึ่งความหมายอันนี้เป็นสิ่งที่ยากมากสำหรับคนทั่วไป แต่ถ้าคนไหนไม่รู้จักหัดเอาไว้บ้างเขาก็จะไม่พ้นจากการถูกทรมานเพราะความดีของตน.

****

- ๘ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน ต้องละตัณหาได้ขาด

* เพราะละตัณหาได้ขาด เราจึงกล่าวว่าเป็นนิพพาน

คำว่า **นิพพาน** ตามศัพท์แปลว่า **ออกจากตัณหา** เพราะคำว่านิพพานคำเดิมมาจากคำว่า **นิ** กับ **วาน** นิ แปลว่าออก วานะ แปลว่าเครื่องร้อยรัด ซึ่งหมายถึงตัณหา เมื่อเอาคำสองคำนี้มาประกอบกันเข้าตามวิธีไวยากรณ์ของภาษาบาลีให้แปลง ว เป็น พ และ ซ้อน พ อีกตัวหนึ่ง จึงสำเร็จรูปเป็นนิพพาน

คำว่าตัณหามีความหมายกว้างมาก ไม่ใช่

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๑๕

ลาภสักการะ ยังหวังผลในทางวัตถุอยู่ ย่อมจะพ้นจากความทุกข์ไม่ได้

ผู้ที่จะละได้ทั้งบุญและบาป ก็คือผู้ที่ไม่มีอวิชาเหลืออยู่ในสันดาน การกระทำที่ก่อให้เกิดวิบากก็คือการกระทำของผู้ที่ยังมีอวิชาตัณหาอุปาทานอยู่ในสันดาน

ข้อความทั้งหมดที่กล่าวมานี้ ข้าพเจ้าได้เคยเขียนมาแล้วในฉบับก่อน ที่นำมาอ้างอีกก็เพื่อจะทบทวนความจำ เพราะเป็นข้อความที่สำคัญมากซึ่งจะต้องจดจำให้ขึ้นใจ และทำความเข้าใจให้กระจ่างที่สุดเท่าที่จะทำได้ เราจึงจะพ้นจากความทุกข์เพราะการทำความดี

คนที่มีความกตัญญูต่อพ่อแม่ ต่อครูบาอาจารย์ หรือต่อผู้มีบุญคุณคนใดก็ตาม โดยปกติก็มักจะได้รับการทรมานใจจากความกตัญญู และบางคนก็ตกเป็นทาสของความกตัญญู ถึงขนาดที่ผู้มีพระคุณจะสั่งให้ทำความชั่วอย่างไร ก็ทำได้ เต็มใจทำ เพราะถือว่าเป็นการตอบแทน อย่างนี้ถ้ามีใครมาท้าดื่ม เขาก็จะรับคำท้า

และจะต้องดื่มมาก เพื่อจะรักษาเกียรติเอาไว้ เกียรติอย่างนี้มีความหมายอะไร ไม่มีประโยชน์อะไรเลย บุคคลบางคนก็มักจะหลงยินดีในเกียรติอย่างนี้ สำหรับคนที่มีความกตัญญูก็เหมือนกัน ถ้าหากยึดมั่น จนกระทั่งกลายเป็นทาสของความกตัญญูแล้ว ก็จะต้องได้รับความเดือดร้อน เช่นเดียวกับพวกที่หลงเกียรติจอมปลอมทั้งหลายดังที่กล่าวมา

ความกตัญญูเป็นคุณธรรมที่เราจะต้องฝึกหัดอบรม ทำให้มีให้เป็นขึ้น แต่เราก็ต้องรู้จักขอบเขตของการตอบแทนบุญคุณ เราจะต้องเป็นตัวของเราเอง ในบางครั้งถ้าหากเรามีความเห็นขัดแย้งกันกับผู้ที่มีพระคุณ และเราแน่ใจว่าเราเป็นฝ่ายถูก ก็ไม่จำเป็นที่จะต้องทำตามความปรารถนาของผู้มีพระคุณนั้น ขอให้ดูตัวอย่างพระพุทธเจ้าตอนที่สละราชสมบัติออกบวช ถ้าพระองค์จะต้องทำตามความปรารถนาของพระบิดาและของพระญาติทั้งหลาย แน่นอน พระองค์ก็เสด็จออกบวชไม่ได้ การฝืนความปรารถนาของพระเจ้า

สุทโธทนะ ผู้เป็นพระพุทธบิดานั้น ถ้ามองดูในสายตาของโลก ก็อาจจะเห็นว่าเป็นการอกตัญญู แต่เมื่อคิดกันให้ลึกซึ้งแล้ว จะแลเห็นว่าพระพุทธองค์ตัดสินพระทัยถูก เพราะในเมื่อพูดกันไม่รู้เรื่องก็จำเป็นอยู่เองที่จะต้องเสด็จหนีออกบวช แต่ต่อมาภายหลัง เมื่อพระองค์ได้สำเร็จเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ และได้เสด็จไปโปรดให้พระพุทธบิดาและพระญาติอื่น ๆ เกิดดวงตาเห็นธรรมแล้ว ทุกคนก็ลงความเห็นว่าพระองค์ทรงทำถูกต้อง และวิธีนี้นับว่าเป็นการตอบแทนบุญคุณที่มีค่าสูงสุด

คนที่มีนิสัยกตัญญู จะต้องเป็นคนไม่หลงเกียรติ ไม่ติดอยู่ในลาภสักการะ เป็นคนมีสติรู้จักผิดรู้จักถูก รู้ว่าอะไรควรอะไรไม่ควร และต้องมีนิสัยเด็ดขาด เมื่อตัดสินใจว่าจะทำอะไรแล้ว ไม่เป็นห่วงว่าใครเขาจะว่าอย่างไร ไม่กลัวว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น ยินดีต่อสู้ทั้งนั้น คนที่มีนิสัยกตัญญูต้องมีความดีต่าง ๆ ดังที่กล่าวมานี้ด้วยจึงจะไม่ตกเป็นทาสของความกตัญญู

ความกตัญญูจะไม่ทรมานจิตใจตัวเอง ในเมื่อมีความขัดแย้งกับผู้มีพระคุณ แต่อย่างไรก็ดี สำหรับคนธรรมดาทั่วไปแล้ว เป็นไปได้ยากมากที่จะไม่ถูกความกตัญญูทรมานจิตใจตนเอง ขอให้สังเกตว่า คนที่ไม่แคร์ต่ออะไร ใครเขาจะว่าอะไรก็ไม่เดือดร้อน ถือหลักว่า ฉันทำดีฉันทำถูกต้องแล้ว ใครเขาจะตำหนิจะนินทาอย่างไร ไม่หวั่นไหว ใครเขาจะไม่ให้อะไร หรือจะต้องสูญเสียผลประโยชน์อะไร ก็ไม่หวั่นไหว คนประเภทนี้เท่านั้นจึงจะไม่ถูกความกตัญญูทรมาน ส่วนคนที่หวังจะได้รับคำชมเชย หวังจะได้ลาภสักการะ ยินดีในสิ่งเหล่านี้อย่างมากมาย ก็เป็นการแน่นอนว่า ที่เขาแสดงให้ใคร ๆ เห็นว่า เขาเป็นคนกตัญญู ก็เพราะหวังผลเหล่านี้นั่นเอง จงนึกถึงหลักที่ได้กล่าวมาแล้วอีกครั้งหนึ่งว่า **ตราบใดที่การทำความดียังไม่บริสุทธิ์ ยังไม่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้น แต่เป็นไปเพื่อหวังลาภสักการะ ยังหวังผลในทางวัตถุอยู่ ย่อมจะพ้นจากความทุกข์ไม่ได้**

เมื่อเราทำความชั่ว ก็จะมีวิบากเกิดขึ้นในสันดาน เมื่อเราทำดี ก็จะมีวิบากเกิดขึ้นในสันดาน ลักษณะเฉพาะของวิบากก็คือ อำนาจบังคับให้เราต้องพูดต้องทำต้องคิดเหมือนอย่างที่เคยพูดเคยทำเคยคิดมาแล้ว และการกระทำที่ก่อให้เกิดวิบาก ก็คือการกระทำของผู้ที่ยังมีอวิชาตัณหาอุปาทานอยู่ในสันดาน ขอได้โปรดพิจารณาถึงหลักที่กล่าวมานี้อีกครั้งหนึ่ง

ผู้ที่มีอวิชาก็คือผู้ที่ไม่รู้ความจริงของชีวิต หรือรู้แต่ยังไม่แจ่มแจ้ง ยังไม่รู้ทุกแง่ทุกมุม เมื่อเป็นเช่นนี้ ไม่ว่าจะทำดีหรือทำชั่ว เราก็จะต้องตกเป็นทาสของกรรมที่เราได้ทำไว้ ซึ่งจะต้องเดือดร้อนเพราะกรรมดีกรรมชั่ว เราจะไม่สามารถทำใจให้ว่างได้ เราจะเอาชนะความคิดที่ทรมานจิตใจตนเองไม่ได้ ทั้งที่รู้อยู่ว่าคิดอย่างนี้ทำให้เกิดความทุกข์ แต่ก็อดคิดไม่ได้ ทั้งนี้ก็เพราะความเป็นทาส

อวิชาอะไรบ้างที่ครอบงำจิตใจเราอยู่เสมอ ? ประการแรกที่สำคัญที่สุดก็คือเราไม่รู้เลยว่า ถ้าหากเรา

มีชีวิตอยู่ด้วยการเสียสละ ทำอะไรก็เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น และไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ นอกจากผลที่จะเกิดขึ้นมาเองตามทางของมัน ซึ่งจะได้หรือไม่ได้ ไม่ใช่เรื่องสำคัญ คนที่มีชีวิตอยู่แบบนี้ เมื่อปรารถนาสิ่งใดก็จะได้สมความปรารถนา และจะได้มากกว่าคนที่ทำอะไรหวังผลเสียอีก เขาจะได้มากอย่างชนิดที่จะเปรียบเทียบกันไม่ได้เลย และสภาพของชีวิตก็จะดีขึ้นสูงขึ้นเรื่อย ๆ การมีชีวิตอยู่เพื่อการเสียสละ มีชีวิตอยู่เพื่อทำประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยความเต็มใจ และพยายามทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ การดำเนินชีวิตแบบนี้ เป็นวิธีแก้ปัญหาความยากจนส่วนตัวได้อย่างเด็ดขาด **เพราะทุกครั้งที่เราให้นั้นจะต้องมีวิบากของการให้เกิดขึ้นในสันดานเสมอ ไม่ขาดตกบกพร่อง ไม่มีการสูญหาย** ซึ่งในเมื่อคิดถึงกำไร ก็แปลว่าจะไม่มีการขาดทุนเลย และถ้าคิดว่าเป็นการปลูกพืช ก็จะเป็นการปลูกพืชชนิดที่ไม่มีวันตาย และจะไม่มีอันตรายใด ๆ มาทำอันตรายต่อพืชที่เราปลูกได้ด้วย ความจริงอย่างนี้ที่จริง

มองเห็นไม่ยาก มันเป็นวิธีธรรมชาติซึ่งเป็นกฎตายตัว ซึ่งถ้าพูดอย่างคริสตศาสนา ก็คือเป็นกฎของพระผู้-เป็นเจ้า

จงคิดดู ถ้าเราต้องการผลไม้อะไร เราก็ต้องปลูกพืชชนิดนั้น และพยายามปลูกให้ถูกต้องตามวิธีธรรมชาติ หมั่นดูแลเอาใจใส่ ซึ่งในที่สุดเราก็จะได้ผลไม้ชนิดนั้นสมความปรารถนา แต่เราจะต้องรอคอยเสียเวลา โดยเฉพาะในระยะแรกที่ต้นไม้ยังไม่ถึงเวลาจะผลิตผล แต่พอถึงเวลาที่จะผลิตผลเมื่อใดเราก็จะเห็นได้ว่า จากเมล็ดพืชเพียงเมล็ดเดียว ก่อให้เกิดผลงอกงามเพิ่มขึ้นกี่ร้อยกี่พันเท่า และต่อจากนั้นไปไม่ต้องรอนาน เพราะเมื่อถึงฤดูของมันทีไร มันก็จะออกผลสะพรั่งทุกครั้ง วิธีที่เราจะได้มาซึ่งผลไม้ซึ่งเป็นวิธีธรรมชาติเป็นวิธีที่ถูกต้องก็คือ การปลูกพืชที่เราต้องการ ส่วนวิธีอื่นเป็นต้นว่า เมื่อมีเงินก็ไปซื้อมา วิธีนี้ไม่ใช่วิธีธรรมชาติ

หรืออีกนัยหนึ่ง เมื่อเราต้องการจะให้คนอื่น

ไหว้เรา เราก็ต้องไหว้เขา เมื่อเราต้องการจะให้คนอื่นบูชาเรา เราก็ต้องบูชาเขา เมื่อเราต้องการให้คนอื่นทำประโยชน์ให้แก่เรา เราก็ต้องทำประโยชน์ให้แก่เขา เมื่อเราอยากให้คนอื่นยกย่องสรรเสริญเรา เราก็ต้องยกย่องสรรเสริญเขา วิธีต่าง ๆ เหล่านี้คือวิธีธรรมชาติ เหมือนเราปลูกต้นไม้ เมื่อต้องการผลชนิดไหนเราก็ต้องเอาผลชนิดนั้นไปปลูก ถ้าหากจะมีข้อยกเว้นไม่เป็นไปตามกฎอันนี้ ซึ่งจะต้องมีบ้าง ก็เพราะว่าเราไปบูชาคนที่ไม่มีคุณค่าควรแก่การบูชา เราไปไหว้คนที่ไม่มีคุณค่าควรแก่การไหว้ ผลตอบสนองจึงย่อมจะไม่เป็นไปตามกฎดังที่กล่าวมา เพราะมันก็เหมือนกับเราปลูกพืชลงในดินที่ไม่ดี สิ่งแวดล้อมไม่เหมาะ ก็อาจจะได้ผลน้อยหรือไม่ได้ผลเลย ตัวอย่างที่เห็นได้ง่ายก็คือ การทำบุญคุณแก่คนมีนิสัยอกตัญญูนั้น เราจะไปหวังผลตอบแทนจากบุคคลประเภทนี้ย่อมหวังได้ยาก หรือเราไปยกย่องบุคคลที่มีจิตใจต่ำช้า พอเขาใหญ่โตขึ้นมาคนประเภทนี้ก็มักจะแว้งมากัด ตัวอย่างเช่นนี้เป็นของธรรมดาซึ่งจะต้องมี

เราหว่านพืชลงในดินซึ่งมีเนื้อที่มากมาย เราจะไปหวังให้ทุก ๆ ต้นมันงอกงามขึ้นมาได้อย่างไร มันต้องมีเสียบ้างเป็นธรรมดา

แต่อย่างไรก็ดี การปลูกพืชอาจจะมีทางเสียหายได้หลายอย่าง เหมือนกับถ้าเราทำความดีเพื่อให้คนอื่นตอบแทนก็อาจจะผิดหวังได้ด้วยเหตุหลายอย่าง แต่ขอให้คิดดู ถ้าเราทำความดีเพื่อความดี จะไม่มีคำว่าผิดหวัง จะไม่มีคำว่าสูญเสียเลย ขอให้เราทำความดีด้วยศรัทธา อย่าไปหวังผลในทางวัตถุให้มาก ขอให้เรามีความแน่ใจในกฎของกรรมที่ว่า ทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว เพราะเรามองเห็นอยู่แล้วว่า ทุกครั้งที่เราทำความดี ความดีย่อมเกิดขึ้นในสันดาน ทุกครั้งที่เราทำความชั่ว ความชั่วย่อมเกิดขึ้นในสันดาน ซึ่งความดีความชั่วที่เกิดขึ้นนี้เป็นพืชที่ไม่ตาย เมื่อถึงเวลามันต้องให้ผลแน่นอน ไม่ชาตินี้ก็ชาติหน้า ชาติใดชาติหนึ่ง

ท่านจงคิดดูว่า ทุกอย่างเอากำเนิดมาจากจิตใจ

ทั้งสิ้น ชีวิตจริง ๆ ไม่มีการตาย เพราะชีวิตเกิดขึ้นจากความต้องการของเราเอง เมื่อความจริงมีอยู่อย่างนี้ ความดีที่เราสะสมเอาไว้จะสูญหายไปได้อย่างไร อันที่จริงเรื่องนี้จะเข้าใจได้ไม่ยากเลย ถ้าหากเราไม่มาหลงยึดถือเอาร่างกาย หรือสมบัติภายนอกว่าเป็นตัวเรา หรือของของเราจริง ๆ ตรงกันข้าม เรากลับพยายามฝึกหัดตัวเองให้มีการปล่อยวางในสิ่งเหล่านี้ และในเวลาเดียวกันเราก็ปลูกแต่พืชแห่งความดีตลอดเวลา ทั้งกลางวันและกลางคืน ทุก ๆ วัน ทุก ๆ เดือน ทุก ๆ ปี เราทำอย่างนี้อยู่จนตลอดชีวิต ถึงแม้ว่าในบางครั้งจะอดทำความชั่วบางอย่างไม่ได้ เพราะวิบากในเรื่องนี้ยังมีอยู่ แต่เราก็ตั้งใจอย่างเด็ดขาดที่จะพยายามเลิกความชั่วทุกอย่าง ก็ในเมื่อเราดำเนินชีวิตอยู่อย่างนี้เสมอ ท่านมองไม่เห็นหรือว่า **ท่านกำลังสร้างสวนสวรรค์ ซึ่งเป็นสวนที่ไม่ตาย และในสวนนี้ก็เต็มไปด้วยผลไม้นานาชนิด**

การดำเนินชีวิตแบบนี้กับอีกแบบหนึ่ง คือเรา

ทำอะไรไม่ได้นึกถึงความดีความชั่วที่จะเกิดขึ้นในจิตใจ เพราะเราไม่รู้แน่ว่า ตายไปแล้วจะเกิดอีกหรือไม่ และเราก็ไม่รู้แน่ว่า ตัวเราเกิดจากอะไรแน่ เราไม่แน่ใจว่าทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่วจริงหรือเปล่า และยังมีความไม่แน่ใจอีกหลายอย่าง เรามีอวิชาครอบงำอย่างหนาแน่น เราจะเรียนหนังสือ จะทำงาน จะติดต่อกับใคร จะทำอะไร เราคิดถึงแต่ประโยชน์ของตนเอง เราคิดถึงแต่ประโยชน์ที่เป็นวัตถุ คือคิดแต่ว่าเราจะได้เงิน ได้ชื่อเสียง ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินอะไรบ้าง ถ้าหากไม่ได้สิ่งเหล่านี้หรือได้ไม่พอ ได้ไม่ถึงใจ เราก็ไม่ทำ การดำเนินชีวิตอยู่อย่างนี้ กับการดำเนินชีวิตอีกแบบหนึ่งดังที่กล่าวมาในตอนต้น ซึ่งคนหนึ่งมีอวิชาครอบงำน้อย แต่อีกคนหนึ่งมีอวิชาครอบงำมากนั้น ลองเปรียบเทียบกันดู บุคคลทั้งสองนี้ต้องการความพ้นทุกข์เหมือนกัน ต้องการความสุขที่สมบูรณ์เหมือนกัน ต้องการให้ชีวิตเป็นอิสระเหมือนกัน แต่ใครเล่าจะประสบความสำเร็จสมความปรารถนา

ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า คนที่ทำความดีภายใต้อวิชา ก็จะต้องมีความเดือดร้อน ไม่น้อยกว่าคนที่ทำความชั่ว เพราะอวิชาเหมือนกัน เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า **ภัยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ละได้ทั้งบุญและบาป ซึ่งเป็นผู้ที่มีสติอยู่เสมอ.**

- ๑๐ -

ผู้ที่จะบรรลุถึงนิพพาน ต้องละไม่ยึดมั่นในความรู้

* แม้ตถาคตจะรู้ถึงปานนี้ แต่ก็หาได้ยึดมั่นในความรู้นั้นไม่ เพราะไม่ยึดมั่นในความรู้ จึงได้พบกับความสงบอันสูงสุด

ข้อความที่อ้างมานี้เป็นพุทธพจน์ ซึ่งมีอยู่ในพรหมชาลสูตรหลายตอน พรหมชาลสูตรเป็นสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าถึงเรื่องลัทธิศาสนาต่าง ๆ ๖๒ ลัทธิ ผู้ที่ศึกษาเรื่องทิฏฐิ ๖๒ โดยละเอียด และได้เคยศึกษาเรื่องปรัชญาและศาสนาต่าง ๆ เท่าที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล จนกระทั่งถึงยุคปัจจุบันนี้ จะเห็นได้ว่า พระ

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๑ มกราคม ๒๕๑๖

พุทธเจ้าได้ทรงประมวลลัทธิศาสนาต่าง ๆ ไว้ในเรื่องทิฏฐิ ๖๒ ทั้งหมดแล้ว หมายความว่าบรรดาลัทธิศาสนาต่าง ๆ ที่มีมาแล้วในอดีต หรือแม้จะมีใครตั้งศาสนาขึ้นมาใหม่ หรือจะแสดงหลักปรัชญาในทางไหนก็ตาม จะไม่มีอะไรใหม่นอกเหนือไปจากทิฏฐิ ๖๒ ที่พระพุทธเจ้าได้แสดงเอาไว้แล้ว โดยที่สุดแม้จะเป็นปรัชญาทางการเมืองทางเศรษฐกิจที่ว่าใหม่ที่สุดหรือว่าก้าวหน้าที่สุด ก็ไม่มีอะไรใหม่นอกเหนือไปจากหลักที่พระพุทธเจ้าได้แสดงเอาไว้แล้ว เช่นลัทธิศาสนาที่นับถือว่ามีพระผู้เป็นเจ้าเป็นผู้สร้างโลกและสิ่งทั้งปวงในโลก หรือการถือลัทธิที่ว่าวัตถุเป็นเรื่องสำคัญที่สุด และยอมรับความจริงเท่าที่ประสาทสัมผัสจะบอกได้เท่านั้น ซึ่งเรียกว่า ลัทธิวัตถุนิยม ลัทธินี้พระพุทธเจ้าก็ได้เคยแสดงเอาไว้แล้วว่า แนวความคิดในลักษณะนี้เกิดขึ้นมาได้อย่างไร ซึ่งแสดงให้เห็นถึงว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ที่ทรงรอบรู้ในเรื่องลัทธิศาสนา และปรัชญาต่าง ๆทั้งหมด พระพุทธเจ้าได้ทรงเล่าทิฏฐิเหล่านี้แต่ละอย่าง ซึ่งทุกครั้ง

ที่เล่าจบ พระพุทธเจ้าจะทรงตรัสอย่างนี้เสมอว่า **"แม้ตถาคตจะรู้ถึงปานนี้ แต่ก็หาได้ยึดมั่นในความรู้นั้นไม่ เพราะไม่ยึดมั่นในความรู้ จึงได้พบกับความสงบอันสูงสุด"**

เจ้าลัทธิทั้งหลายเมื่อมีความรู้ในเรื่องไหน เชี่ยวชาญในทางไหน ก็มักจะยึดถือแต่ในความรู้ที่ตัวเองมีอยู่ไม่ยอมปล่อยวาง และในเมื่อได้ศึกษาหรือฟังความคิดเห็นของคนอื่น ก็มักจะแปลความหมายเข้าข้างตัวเอง ซึ่งหมายความว่า **เขาจะยอมรับแนวความคิดของคนอื่นหรือลัทธิศาสนาอื่น ก็เฉพาะแต่ในส่วนที่เข้ากันได้กับความเชื่อถือดั้งเดิมของตัวเองเท่านั้น และจะเข้าใจคำพูดของคนอื่น ก็ต่อเมื่อมีหลักเข้ากันได้กับวิชาการของตัวเองที่เรียนรู้มา อันไหนที่เข้ากันไม่ได้กับความรู้ดั้งเดิม เขาก็จะบอกว่าความรู้อันนั้นผิด** คนส่วนมากก็มักจะติดอยู่ในความรู้ของตัวเองดังที่กล่าวมานี้ ยากที่จะปล่อยวางความรู้ที่ตัวเองเคยเรียนรู้มา หรือที่เคยมีประสบการณ์มา ส่วนพระพุทธเจ้า

ไม่ว่าพระองค์จะทรงรู้อะไร ลึกซึ้งขนาดไหน ไม่ว่าคนทั้งหลายจะยกย่องความรู้อันนั้นสักเพียงไร ก็ไม่ยึดมั่นในความรู้ที่พระองค์ทรงมีอยู่ ขอให้สังเกตคำที่ว่า **"เพราะไม่ยึดมั่นในความรู้ จึงได้พบกับความสงบอันสูงสุด"**

เพื่อให้เข้าใจความหมายของพุทธพจน์ดังที่กล่าวมานี้ง่ายขึ้น ก็ขอได้โปรดนึกถึงคำที่พระพุทธเข้าตรัสแก่พระพาหิยะว่า **"ดูก่อนพาหิยะ เมื่อเธอเห็นอะไรก็จงสักแต่ว่าเห็น ได้ยินอะไรก็จงสักแต่ว่าได้ยิน รู้อะไรก็จงสักแต่ว่ารู้ แล้วตัวท่านก็จะไม่มี นั่นแหละคือที่สุดแห่งความพ้นทุกข์"**

การที่จะทำใจให้ว่างหรือการเข้าถึงความว่างเป็นสิ่งที่ยากอย่างยิ่ง เพราะโดยปกติคนเราเมื่อมีความรู้ในเรื่องไหนก็อดที่จะนึกคิดไปตามความรู้ที่มีอยู่ไม่ได้ ทั้งนี้ก็เพราะเมื่อรู้อะไรก็ยึดมั่นในความรู้อันนั้น แล้วก็แปลความหมายของสิ่งต่าง ๆ ไปตามพื้นความรู้ที่มีอยู่ ใจจึงไม่อาจที่จะว่างได้ และถ้ายิ่งมีความพอใจมี

ความภาคภูมิใจในความรู้ความสามารถที่มีอยู่ ก็ยิ่งจะคิดมากฟุ้งไปตามความรู้ที่มีอยู่ ในเวลานั่งสมาธิก็เลิกคิดไม่ได้ เพราะฉะนั้นใจจึงไม่ว่าง **แต่ถ้าหากผู้ใดจะเกิดสำนึกขึ้นมาได้บ้างว่า ความรู้หรือความเข้าใจในเรื่องไหนก็ตามเท่าที่มีอยู่นั้น มันไม่ใช่ความรู้ที่สมบูรณ์สักอย่าง และพร้อมที่จะก่อให้เกิดความหลงผิด ความเข้าใจผิดได้เสมอเช่นนี้** เขาก็อาจจะปล่อยวางได้ง่าย และมีความหลงผิดน้อยลง มันเหมือนกับคนที่เคยเห็นแต่เหล็กจมน้ำ และรู้ว่าเหล็กเป็นของหนัก เขาก็จะไม่เกิดความคิดในอันที่เอาเหล็กมาทำเป็นเรือ และถ้าหากตัวเองไม่เคยเห็นเรือที่ทำด้วยเหล็ก ฉะนั้นเมื่อมีใครมาบอกเขาว่า เรือทำด้วยเหล็กได้ เขาก็จะไม่เชื่อ เพราะเขายึดมั่นอยู่แต่ในประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมา คือเคยเห็นแต่เหล็กจมน้ำ เพราะฉะนั้นจึงคิดว่าจะเอามาทำเป็นเรือขึ้นมาได้อย่างไร ถ้าขืนทำเรือด้วยเหล็กเรือก็ต้องจมน้ำเท่านั้นเอง เพราะฉะนั้นเขาจึงไม่เชื่อ

จากตัวอย่างที่เล่ามาให้ฟังนี้ทำให้เข้าใจได้ง่ายว่า

เพราะเหตุไรพวกนักศึกษาหรือพวกนักปราชญ์ทั้งหลายจึงไม่ค่อยจะยอมรับหลักของพุทธศาสนาในส่วนที่ตัวเองไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน และเมื่อศึกษาก็เข้าใจยาก การที่เขาไม่ยอมรับและเข้าใจยาก ก็เพราะเขาไม่ปล่อยวางความรู้ที่เขามีอยู่ นี่คือเคล็ดสำคัญ เพราะฉะนั้นถ้าหากเราต้องการที่จะให้สติปัญญาของเรากว้างขวางเข้าใจอะไรได้ง่าย ๆ ก็ไม่ควรจะยึดมั่นอยู่แต่ในความรู้ที่เรียนมา และควรจะสำนึกอยู่เสมอว่าเรายังไม่ใช่ผู้รอบรู้อะไรทุกอย่าง ความรู้เท่าที่เรามีอยู่แม้จะเป็นหลักความจริงที่ทดสอบได้ แต่มันก็เป็นหลักความจริงเพียงบางส่วนเท่านั้น ไม่ใช่ความจริงทั้งหมด

ขอให้สังเกตว่าคนเราเดือดร้อนก็เพราะความคิดของตัวเอง คนเราหลงผิดก็เพราะความรู้ของตัวเอง คนทุกวันนี้ที่มีความเดือดร้อนอยู่เสมอ ส่วนมากที่สุดเป็นเพราะปล่อยวางความคิดของตัวเองไม่ได้ ที่ปล่อยวางความคิดไม่ได้ ก็เพราะยึดมั่นอยู่แต่ในความรู้ที่เคยเรียนมา หรือที่เคยมีประสบการณ์มาเท่านั้น ข้าพเจ้า

คิดว่าพุทธพจน์ดังที่อ้างมานั้นคงจะเป็นเครื่องเตือนสติได้อย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่เรียนมากรู้มาก แต่แล้วก็มีเรื่องเดือดร้อนอยู่เสมอ ในใจไม่ค่อยมีความสงบ มีแต่ความวิตกกังวล มีแต่ความเป็นห่วงนั่นห่วงนี่กลัวนั่นกลัวนี่ ไม่อาจขับไล่ความคิดที่ทรมานใจให้ออกไปได้ ไม่สามารถจะทำใจให้ว่างได้ ทั้งนี้ก็เพราะยึดมั่นอยู่แต่ในความรู้ที่ตนเคยเรียนมานั่นเอง

การทำใจให้ว่าง ในความหมายขั้นสูงสุดหมายถึง **ความดับสนิท** กล่าวคือ ในขณะที่เรานั่งสมาธิถ้าใจของเราว่างจริง ๆ แล้ว จะไม่มีความรู้สึกนึกคิดใด ๆ เหลืออยู่เลย คล้ายกับเราหลับสนิท ไม่รู้อะไรทั้งสิ้น การเข้าถึงความว่างกับการเข้าถึงนิพพาน มีความหมายอย่างเดียวกัน แต่ถ้าอธิบายเพียงแค่นี้ ผู้อ่านอาจจะเข้าใจผิดได้อย่างมาก เพราะอาจจะเข้าใจว่า คนไหนถ้าหากต้องการบรรลุถึงนิพพาน เขาก็อาจจะหาวิธีที่จะทำให้นอนหลับได้อย่างสนิทได้โดยไม่มีฝันเลย แล้วก็ถือว่านี่แหละคือการบรรลุถึงนิพพาน แต่ความเป็นจริง

แล้ว การบรรลุถึงความว่าง ซึ่งมีความหมายอย่างเดียวกับคำว่าการบรรลุถึงนิพพานนั้น ไม่อาจจะนำตัวอย่างอะไร ๆ มาเปรียบเทียบได้เลย เพราะมันไม่เหมือนกับอะไรทั้งสิ้น การที่เหมือนกันในบางแง่ ไม่ได้หมายความว่า ของสองสิ่งนั้นเหมือนกันหรือเป็นของชนิดเดียวกัน

การนอนหลับสนิทแม้จะไม่มีฝันเลย ใจก็ไม่ว่าง เพราะในขณะที่หลับนั้น จะต้องมีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่ยึดเอาไว้ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือคนที่นอนหลับเป็นคนไม่มีสติสัมปชัญญะ ในเมื่อตื่นขึ้นมาแล้วก็จะรู้สึกว่านิสัยใจคอไม่ได้เปลี่ยนไปจากเดิม กิเลสทั้งหลายเคยมีอยู่อย่างไรก็ยังคงมีอยู่อย่างนั้น ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง และยิ่งกว่านั้นในระหว่างที่นอนหลับอยู่นั้นจิตอยู่ในภาวะของอวิชา จิตจะไม่รู้อะไรเลย **ส่วนผู้ที่บรรลุถึงนิพพานคือบรรลุถึงความว่างหรือความดับสนิทนั้น** จะต้องเป็นคนที่มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ทุกขณะจิตจึงจะสามารถดับได้ และจะต้องรู้แจ้งว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของว่างเปล่าไม่มีจริง เพราะรู้อยู่เสมอว่า

สิ่งใดมีการเกิดขึ้น สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับเป็นธรรมดา ความรู้แจ้งอันนี้จะปรากฏชัดอยู่ในใจตลอดเวลาทุกขณะจิตและในชั่วขณะที่ดับสนิทคือไม่รู้สึกอะไรเลย ซึ่งคล้ายกับหลับสนิทนั้นจะสามารถทรงอิริยาบถไว้ได้เหมือนเดิมทุกอย่าง ส่วนคนนอนหลับจะทรงอิริยาบถไว้ไม่ได้ และที่พิเศษสูงสุดก็คือ ภายหลังจากการดับสนิทคือรู้สึกตัวขึ้นมาแล้ว จะสามารถแสวงหาความรู้จากภายในได้โดยไม่ยาก และจะรู้แจ้งด้วยตัวของตัวเองอีกว่า แหล่งที่ให้ความรู้อย่างถูกต้องนั้นมีอยู่ในจิตใจของเรานี่เอง ไม่ได้อยู่ภายนอก ซึ่งในเมื่อใจเป็นอิสระ จิตใจไม่เกาะเกี่ยวไม่ติดอยู่ในอารมณ์ใด ๆ จะสามารถรู้แจ้งสิ่งต่าง ๆ ได้จากการกำหนดเอาจากในใจของตัวเอง

และอีกอย่างหนึ่งก็คือ กิเลสในสันดานต่าง ๆ จะค่อย ๆ ดับหมดไม่มีเหลือ ซึ่งอันไหนดับได้แล้วก็จะไม่มีวันเกิดขึ้นมาได้อีก ไม่ว่าจะถูกยั่วโดยวิธีไหน กิเลสที่ดับไปแล้ว จะไม่มีทางเกิดขึ้นมาได้อีกเลย

และอีกประการหนึ่งก็คือ จะเข้าใจอย่างแจ่ม-แจ้งว่า เราจะเกิดหรือไม่เกิด เราจะเกิดมาเป็นอะไร มันสำคัญอยู่ที่ตัวเอง คือถ้าต้องการเกิดก็ได้เกิด ถ้าหากไม่ต้องการ ซึ่งคำว่าไม่ต้องการที่ว่านี้ไม่ใช่เกิดขึ้นจากความกดดัน แต่หากเกิดขึ้นจากความรู้แจ้งว่าความเกิดเป็นความทุกข์ ซึ่งรู้แจ้งจริง ๆ เมื่อเป็นเช่นนี้เขาก็จะไม่เกิดอีก

เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า การดับสนิทหรือการเข้าถึงความว่าง กับการนอนหลับสนิทแตกต่างกันอย่างมากมาย ผู้ที่ได้สมาธิขั้นสูง ซึ่งสามารถเข้าสมาธิได้ลึกจนกระทั่งเงียบหายไป ก็ไม่ได้หมายความว่า ใจของเขาจะว่างจริง ๆ เพราะคนที่เข้าสมาธิได้ลึก แต่ยังละสักกายทิฏฐิไม่ได้ ยังละกิเลสในสันดานไม่ได้ ในใจจะต้องมีอารมณ์อยู่เสมอ และเมื่อเข้าสมาธิได้ลึก ก็หมายถึงว่ายึดมั่นอยู่ในอารมณ์อันนั้นอันเดียวเหนียวแน่นที่สุด ไม่ยอมปล่อยวางเลย เพราะฉะนั้นคนที่เข้าสมาธิแล้วเงียบไปนั้น อย่าเข้าใจว่าเป็นการบรรลุถึง

นิพพาน หรือคนที่ตายสนิท ปราศจากความรู้สึกนึกคิดใด ๆ ก็เรียกว่าเขาบรรลุถึงนิพพานแล้ว อย่าลืมว่า คนที่ยังมีตัณหาอยู่ในสันดาน ยังอยากที่จะมีชีวิตมีตัวตน เมื่อตายแล้วจะต้องเกิดอีกเสมอ และเมื่อเกิดมา มันก็ต้องมีความรู้สึกนึกคิด ถึงแม้จะเกิดเป็นโอปปาติกะก็เหมือนกัน เพราะฉะนั้นจึงไม่ใช่เป็นการบรรลุถึงนิพพาน

อนึ่ง โปรดจำไว้ให้แม่นว่า คนที่จะมีลักษณะบรรลุถึงนิพพานได้นั้น ก็คือคนที่แน่ใจแล้วว่า **"ชีวิตที่แท้จริงนั้นเป็นอิสระ ตัวเราเองเป็นพระเจ้าแห่งตัวเราเอง เราจะเกิดหรือไม่เกิด เราจะเกิดมาเป็นอะไร เราจะมีความทุกข์ความสุขอย่างไร ทุกอย่างมันขึ้นอยู่กับตัวเองทั้งสิ้น** ความเข้าใจที่ว่านี้ต้องเป็นความเข้าใจอย่างแจ่มใสที่สุด ปราศจากข้อสงสัยใด ๆ ทั้งสิ้น คนที่เข้าใจแบบนี้เท่านั้น จึงจะมีลักษณะที่พอจะนับได้ว่า เขาอาจจะบรรลุถึงนิพพานได้

ในเมื่อการบรรลุถึงนิพพานมีลักษณะดังที่

กล่าวมานี้ จงพิจารณาดูเองก็แล้วกันว่า คนที่เรียนรู้อะไรมาแล้วก็ยึดมั่นอยู่แต่ในความรู้ของตัวเองไม่ยอมปล่อยวางนั้น เขามีทางที่จะบรรลุถึงนิพพานได้หรือไม่ ถึงแม้ว่าความรู้ที่เขามีอยู่จะถูกต้องบริบูรณ์ มีข้อพิสูจน์ครบถ้วน ใครคัดค้านไม่ได้เลย และเป็นความรู้ที่เป็นประโยชน์แก่โลกเป็นอย่างยิ่ง คนที่มีความรู้ในลักษณะนี้เมื่อยึดมั่นในความรู้ของตัวเอง มันก็หมายถึงว่าเขามีความภาคภูมิใจในความรู้ ความสามารถของตัวเองเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งถ้าหากเป็นเช่นนี้ มันก็ยิ่งแย่หนักเข้าไปใหญ่ เพราะมันมีลักษณะอย่างเดียวกับคนที่มั่งมีเป็นมหาเศรษฐี แต่แล้วก็ยังไม่พอ ยังคิดที่จะให้ร่ำรวยยิ่งขึ้นต่อไปอีก เขาพอใจในความมีเงิน ถึงแม้ว่าเงินทุกบาททุกสตางค์ที่เขาได้มานั้นจะได้มาอย่างสุจริตก็ตาม แต่แล้วเขาก็จะติดอยู่แต่ในเรื่องเงินอย่างเหนียวแน่นที่สุด แกะไม่ออก แล้วท่านลองคิดดูว่า คนที่มีเงินแล้วก็หลงยึดมั่นอยู่แต่ในเรื่องเงินนั้น จิตใจของเขาจะว่างได้หรือไม่ ความมีเงินไม่ได้ช่วยให้เขาพ้นจากความ

ทุกข์ได้เลย ข้อนี้ฉันใด คนที่เป็นนักปราชญ์รอบรู้ในสิ่งต่าง ๆ อย่างมากมายก็เหมือนกัน ความรู้ไม่ได้ช่วยให้พ้นจากความทุกข์ ในเมื่อเขาสนใจศึกษาอยู่เสมอ มีความโลภในเรื่องการเรียนรู้เท่าไรก็ยังไม่พอ ยังอยากจะรู้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก และเมื่อรู้อะไรแล้วก็ยึดมั่นในความรู้ของตน ท่านเห็นแล้วหรือยังว่า คนที่เรียนรู้อะไรมา แล้วก็ยึดมั่นอยู่แต่ในความรู้ของตนปล่อยวางไม่ได้นั้น มันมีผลร้ายกาจเพียงไร แล้วจงนึกถึงพุทธพจน์ที่ว่า "แม้ตถาคตจะรู้ถึงปานนี้ แต่ก็หายึดมั่นในความรู้นั้นไม่ เพราะไม่ยึดมั่นในความรู้จึงได้พบกับความสงบอันสูงสุด" ซึ่งความสงบที่ว่านี้ ก็คือนิพพานนั่นเอง.

- ๑๑ -

นิพพานเป็นธรรมสูงสุด

* ขันติคือความอดทนเป็นตบะอันสูงสุด พระพุทธเจ้าทั้งหลายทุกพระองค์ย่อมกล่าวว่า นิพพานเป็นธรรมอันสูงสุด

เนื่องจากในเดือนกุมภาพันธ์ เป็นเดือนที่ตรงกับวันมาฆบูชา คือวันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖ เป็นวันที่ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำเดือน ๓ เพราะฉะนั้นในโอกาสนี้จึงจะได้อธิบายถึงข้อความบางตอน ในเรื่องโอวาท-ปาฏิโมกข์ดังที่ได้อ้างไว้ในตอนต้นนั้น

การศึกษาเรื่องนิพพาน ข้าพเจ้าได้เคยกล่าวมาบ่อยครั้งว่า ไม่ควรจะเริ่มต้นสอนให้เข้าใจว่า นิพพานคือการตายแล้วไม่เกิด เพราะเป็นวิธีที่ผิด ที่ผิดไม่ได้ผิด

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖

ในทางหลักวิชา แต่ผิดในแง่ของการสอน เพราะตามหลักวิชา คำว่านิพพานในความหมายอันหนึ่งก็คือ ตายแล้วไม่เกิดจริง แต่ความหมายอันนี้ สำหรับปุถุชนทั่วไปไม่มีทางที่จะเข้าถึงความหมายที่แท้จริงได้ ส่วนมากฟังแล้วก็รู้สึกเฉย ๆ ไม่สนใจ บางคนก็ถึงกับบอกว่านิพพานเขาไม่ต้องการ เพราะนิพพานก็คือตายแล้วก็สูญไม่เห็นมีประโยชน์อะไร ฉะนั้นเขาจึงไม่ต้องการ อย่าลืมว่า การสอนธรรมจะต้องให้เหมาะแก่พื้นจิตใจของผู้ฟังจึงจะได้ประโยชน์ ในเมื่อคนส่วนใหญ่เต็มไปด้วยตัณหาอุปาทานอย่างหนาแน่น เพราะฉะนั้นจึงไม่มีประโยชน์อะไรที่จะไปสอนให้เข้าใจว่า นิพพานคือการตายแล้วไม่เกิด

ข้าพเจ้าเคยเสนอความคิดไว้ว่า เราควรจะสอนเรื่องนี้ด้วยการชี้ให้เห็นถึงว่า **คนเราเดือดร้อนก็เพราะความคิดของตัวเอง** เช่นคนส่วนใหญ่อดทำความชั่วต่าง ๆ ไม่ได้ก็เพราะเอาชนะใจตนเองไม่ได้ ข้อเท็จจริงอันนี้คนทั่วไปรู้สึก และมีความต้องการที่จะเอาชนะใจ

ตนเอง แต่ไม่ทราบว่าจะเอาชนะได้อย่างไร เพราะฉะนั้น ถ้าชี้ให้เห็นว่า **การบรรลุถึงนิพพานก็คือ การมีความสามารถในการเอาชนะใจตนเองได้อย่างเด็ดขาด โดยไม่ต้องมีการฝืนใจ ไม่ต้องคอยบังคับไม่ต้องคอยระมัดระวัง** เพราะมันเป็นเรื่องธรรมดา สำหรับคนที่บรรลุถึงนิพพานเพียงแต่ตั้งใจว่าจะเลิกคิด ซึ่งจะเป็นในเรื่องไหนก็ตาม ความคิดในเรื่องนั้นก็จะหายไปทันที พร้อมทั้งจะไม่ย้อนกลับคืนมาอีก ไม่ว่าจะมีสิ่งแวดล้อมมายั่วยุให้ต้องคิดเหมือนเมื่อก่อน ความคิดอันเดิมนั้นก็ไม่เกิด ในเมื่อเขาได้บรรลุถึงนิพพานแล้ว ทั้งนี้เพราะอะไร ขอให้พิจารณาดูความหมายดังต่อไปนี้ :-

นี่สงบ นี่ประณีต ณ ที่นี้เองเป็นที่สร่างความเมา เป็นที่กำจัดความกระหาย เป็นที่ถอนความอาลัย เป็นที่ตัดวัฏฏะ เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่หน่ายราคะ เป็นที่ดับสนิท นี่แหละคือนิพพาน

สำหรับบุคคลที่แรกถึงนิพพาน คือเป็นพระโสดาบัน ทุกองค์จะบอกได้ตรงกันหมดว่า ความสงบที่พบภายใน

จิตใจของตัวเองนั้น เป็นความสงบที่ประณีต คือเป็นความสงบที่สูงสุด ไม่มีความสงบที่ไหนจะมาเปรียบเทียบได้ เพราะฉะนั้นทันทีที่ใจได้บรรลุถึงนิพพาน คือได้บรรลุถึงความสงบอันประณีต จึงได้บอกกับตัวเองว่า **นี่สงบ นี่ประณีต ณ ที่นี้เองเป็นที่สร้างความเมา ฯลฯ** ขอได้โปรดจำไว้อีกอย่างหนึ่งว่า **คำว่าบรรลุถึงนิพพานในความหมายอันหนึ่งก็คือ ได้บรรลุถึงความสงบอันประณีต** ซึ่งความสงบที่ว่านี้จะพบได้ทันทีภายในจิตใจของตน ในเมื่อละสักกายทิฏฐิได้เด็ดขาด (การละสักกายทิฏฐิได้เคยอธิบายมาบ้างแล้ว แต่จะมีอธิบายอีกโดยละเอียดในตอนต่อไป) ทันทีที่ละสักกายทิฏฐิได้ขาดจากสันดาน ก็จะได้พบความสงบอันประณีตที่ว่านี้ทันที โดยนัยนี้ท่านก็จะเห็นแล้วว่า การบรรลุถึงนิพพานต้องบรรลุในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ไม่ใช่หลังจากตาย เพราะฉะนั้นจึงไม่จำเป็นที่จะไปนึกว่า ถ้าเราบรรลุถึงนิพพานก็หมายถึงว่าเราตายแล้วไม่เกิดอีก · ซึ่งความหมายอันนี้ ไม่เป็นที่สนใจสำหรับคนที่ยังหนาแน่นด้วยอุปาทาน

ข้าพเจ้าได้กล่าวมาแล้วว่า การบรรลุถึงนิพพานก็คือ การเอาชนะใจตนเองได้อย่างเด็ดขาด สิ่งที่ไม่ต้องการคิดจะปัดออกไปได้ทันทีโดยไม่ยาก และมันก็จะไม่กลับคืนมาอีกด้วย ทั้งนี้ก็เพราะนิพพานเป็นที่ตัดวัฏฏะ คำว่า **วัฏฏะ** แปลว่า **ความวนเวียน การตัดวัฏฏะหมายถึงการตัดกรรมตัดวิบาก ตัดกิเลสอันเป็นเหตุให้เกิดกรรม** คนที่มีความคิดวนเวียนอดคิดไม่ได้ ซ้ำ ๆ อยู่แต่ในความคิดที่ทำให้ไม่สบายใจ ทั้งนี้ก็เพราะความคิดของเขาทุกอย่างเป็นกรรม เพราะฉะนั้นจึงก่อให้เกิดวิบาก เมื่อมีวิบาก ก็ทำให้อดคิดเหมือนเดิมไม่ได้ ความคิดที่เป็นกรรมก็เพราะเป็นความคิดที่ประกอบด้วยกิเลส คือตัณหาอุปาทาน ขอให้สังเกตว่า ผู้ที่บรรลุถึงนิพพาน หรือได้บรรลุถึงความสงบอันประณีต ทุกคนจะบอกได้ตรงกันว่า **ณ ที่นี้เองเป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่หน่ายราคะ เป็นที่ดับสนิท**

คนที่เข้าสมาธิได้ดี จิตสงบจากนิวรณ์ได้อย่าง

เด็ดขาด และสามารถควบคุมความนึกคิดได้อย่างดี คือตั้งใจจะคิดถึงเรื่องไหน ก็มีแต่เรื่องนั้น หรือถ้าต้องการจะเลิกคิดทั้งหมดไม่คิดอะไรเลย ก็สามารถที่จะทำได้ แต่ถึงกระนั้น เมื่อออกมาจากสมาธิแล้วความคิดเก่า ๆ ความคิดที่ไม่ต้องการ มันก็จะเกิดขึ้นมาอีก ซึ่งบางทีก็อาจจะควบคุมไม่ได้เลย ต่อเมื่อเข้าสมาธิได้แล้วจึงจะสามารถเอาชนะความคิดได้ ขอให้สังเกตว่าในขณะที่เราอยู่ในสมาธิ สามารถเอาชนะความคิดได้ ก็**เพราะในขณะนั้นมีความสงบมีความเยือกเย็น** แต่เมื่อออกมาจากสมาธิแล้ว ความสงบและความเยือกเย็นที่เคยมีอยู่ในขณะที่เข้าสมาธินั้น มันก็จะค่อยจางหายไป และในที่สุดจิตใจก็จะเร่าร้อนวุ่นวายไปตามอารมณ์เหมือนเมื่อก่อนอีก เพราะเหตุนี้มันจึงมีความวนเวียน คือ มีวัฏฏะ คิดแล้วก็คิดอีก เลิกคิดไม่ได้ แต่สำหรับผู้ที่บรรลุถึงนิพพาน คือได้พบกับความสงบอันประณีตในขั้นโลกุตตระนั้นสามารถตัดความวนเวียนได้ เพราะเหตุนี้ นิพพานจึงได้ชื่อว่าเป็นธรรมอันสูงสุด

การที่จะสอนให้เกิดความรู้สึกเลื่อมใสศรัทธาสมดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า **พระพุทธเจ้าทั้งหลายทุกพระองค์ย่อมกล่าวว่า นิพพานเป็นธรรมอันสูงสุดนั้น** จะทำได้ก็ต่อเมื่อคนที่รับการสอน ได้มองเห็นความทุกข์อันเกิดจากการเอาชนะใจตนเองไม่ได้ และก็มีความปรารถนาอยู่เสมอที่จะเอาชนะใจตนเอง และในเมื่อทดลองฝึกสมาธิดูแล้วก็รู้สึกว่า สมาธิได้ช่วยมากในการที่จะเอาชนะใจตนเอง แต่ถึงกระนั้นมันก็ไม่เด็ดขาด เพราะฉะนั้นในเมื่อทราบว่า ถ้าจิตได้บรรลุถึงนิพพานแล้ว จะสามารถเอาชนะใจตนเองได้อย่างเด็ดขาดไปตลอดกาล ก็ย่อมจะต้องมีความสนใจ และจะค่อย ๆ รู้สึกเห็นด้วยอย่างจริงใจว่า นิพพานเป็นธรรมอันสูงสุดจริง ๆ แต่อย่างไรก็ดี ยังมีข้อที่ควรจะต้องสังเกตอีกหลายอย่าง กล่าวคือ :-

คนที่ยากจนมีความเดือดร้อนอยู่ไม่สิ้นสุดเพราะความขาดแคลน และก็มีความปรารถนาอยู่เสมอดิ้นรนอยู่ตลอดเวลาที่จะสร้างฐานะให้พอกินพอใช้

คนประเภทนี้ถ้าบารมีเดิมไม่มี ซึ่งหมายถึงว่าเมื่อชาติก่อน ๆ ไม่เคยปฏิบัติในทางสมาธิและวิปัสสนาได้ผลดีมาแล้ว เขาจะไม่สนใจในเรื่องนิพพานเลย แม้เราจะชี้ให้เขาเห็นว่า ตัวเองเดือดร้อนอยู่ทุกวันนี้ ไม่ใช่เพราะความจนเป็นต้นเหตุ แต่เป็นเพราะเอาชนะใจตนเองไม่ได้ แม้เขาจะยอมรับความจริงในเรื่องนี้ แต่เขาก็จะไม่สนใจในเรื่องนิพพาน ความสนใจที่เขามีอยู่เสมอก็คือทำอย่างไรจึงจะรวย คนประเภทนี้ตกเป็นทาสเงินอย่างชนิดแกะไม่ออก เพราะฉะนั้นจึงป่วยการที่จะสอนคนประเภทนี้ เสียเวลาเปล่า

และในทำนองเดียวกัน คนที่กำลังเจ็บป่วย หรือกำลังมีความทุกข์ในเรื่องอะไรก็ตาม เขาก็จะสนใจแต่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้าเท่านั้น เรื่องนิพพานเขาจะไม่สนใจเลย เว้นไว้แต่จะเป็นคนที่เคยมีบารมีมามากเท่านั้น ความจน ความเจ็บป่วย ความผิดหวังในเรื่องความรัก หรือความเดือดร้อนอะไรก็ตาม จึงจะสามารถเป็นเหตุชักจูงให้เขาสนใจกับเรื่องนิพพานได้ ตัวอย่าง

เช่นนางปฏาจาราเป็นต้น

คนที่จะสนใจเรื่องนิพพานจริง ๆ ก็คือคนที่รู้สึกอิ่มตัวหมดเกือบจะทุกด้าน ความกดดันในเรื่องต่าง ๆ มีน้อย แต่ในเวลาเดียวกัน เขาก็รู้สึกว่าเขาเดือดร้อนเพราะความคิดของตัวเอง คนประเภทนี้จะนึกได้เสมอว่า **ถึงแม้จะร่ำรวย ถึงแม้จะมีอำนาจ ถึงแม้จะมีความรอบรู้ แต่มันจะมีประโยชน์อะไรในเมื่อเข้าสมาธิไม่ได้ เอาชนะใจตนเองไม่ได้** คนที่มีความรู้สึกแบบนี้เท่านั้นจึงจะมีความสนใจในเรื่องนิพพานจริง ๆ แต่เวลานี้การสอนธรรมในขั้นสูงเรามักจะทำกัน โดยไม่คำนึงถึงพื้นฐานของผู้ที่จะรับคำสอน อันนี้คือสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้คนเบื่อศาสนา เบื่อธรรม ฟังเทศน์ทีไรก็มักจะง่วงนอนเสมอ

การสอนธรรมอย่างรวบรัด มุ่งแต่จะให้คนปล่อยวางในเรื่องตัวตนนั้น ควรจะทราบข้อเท็จจริงเสียก่อนว่า คนประเภทไหนที่จะสามารถปฏิบัติตามได้จริง ๆ อันนี้เป็นเรื่องสำคัญมาก ข้าพเจ้าได้คลุกคลี

อยู่กับคนในโลก และเป็นผู้สอนธรรมให้แก่คนในโลก จึงทราบเป็นอย่างดีว่าอะไรที่คนส่วนใหญ่ทำตามได้ อะไรที่ทำตามไม่ได้ผู้สอนชนิดที่สอนเอาจากตัวเอง จากความคาดหมายของตัวเอง โดยไม่ทราบข้อเท็จจริงของผู้ที่จะรับการสอนนั้นไม่ใช่วิสัยของนักปราชญ์ ไม่ใช่ลักษณะของผู้นำในทางศาสนา ข้าพเจ้าได้เขียนบทความเรื่องนี้ขึ้นมา ก็เพราะมาคำนึงถึงว่า นิพพานเป็นธรรมสูงสุดดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ และต้องการที่จะให้ผู้ที่ศึกษามีความรู้สึกอย่างนี้ด้วย

อนึ่ง เราจะต้องทราบข้อเท็จจริงอย่างแจ่มแจ้งอย่างหนึ่งว่า **ทันทีที่จิตได้บรรลุถึงนิพพานนั้น จิตย่อมเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์** เพราะฉะนั้นจึงสามารถเข้าถึงความดับสนิทได้ ขอให้สังเกตคำว่า **ณ ที่นี้เองเป็นที่ดับสนิท** ผู้ที่เข้าสมาธิได้สูง จิตใจแน่วแน่มากจนกระทั่งไม่รู้สึกตัว แต่ถ้าหากยังละสักกายทิฏฐิไม่ได้ ยังมองไม่เห็นอนัตตาอย่างแจ่มแจ้งแล้ว ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่จิตของผู้นั้นจะดับสนิท ซึ่งเรื่องนี้ก็เคยอธิบายมาบ่อยครั้ง

เพราะการดับสนิท นอกจากจะต้องอาศัยกำลังสมาธิอย่างมากแล้ว จะต้องอาศัยความรู้แจ้งอีกด้วยว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของว่างเปล่าไม่มีตัวตนที่แท้จริง คำว่า **สิ่งใดมีการเกิด สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับ** ความจริงอันนี้จะต้องปรากฏชัดอยู่ในใจทุกขณะจิต และในขณะนั้นจิตก็น้อมไปสู่การดับ คือต้องการออกไปจากนามรูป ไม่ต้องการที่จะมีตัวตน ไม่ว่าในรูปไหนหรือในภพใดไม่ต้องการทั้งสิ้น ความต้องการที่หนักหน่วงที่สุดในขณะที่จิตจะบรรลุถึงนิพพานก็คือต้องการความดับสนิท ทั้งนี้เพราะรู้อยู่ว่า **ถ้าอุปาทานยังมีอยู่ ภพจะต้องมี คือจะต้องมีตัวตนอย่างใดอย่างหนึ่งเหลืออยู่ และวิญญาณจะดับสนิทย่อมเป็นไปไม่ได้** และรู้อย่างแจ่มแจ้งอีกว่า **ด้วยการดับสนิทเท่านั้น จึงจะสามารถรู้แจ้งสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง** และรู้อย่างแจ่มแจ้งอีกว่า **แหล่งที่ให้ความรู้ที่แท้จริงนั้นมีอยู่ภายในจิตใจส่วนลึก** แต่นั่นจะต้องหมายถึงว่า จิตใจจะต้องเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์ ด้วยความรู้สึกอันนี้ก็คือ

ความรู้สึกที่ต้องการจะดับอวิชาโดยไม่มีเหลือ

การบรรลุถึงนิพพานในความหมายอย่างที่อธิบายมานี้ ย่อมเป็นที่สนใจแก่คนทุกคนที่มองเห็นแล้วว่า คนเราเดือดร้อนก็เพราะความคิดของตัวเอง การแสวงหาความรู้โดยอาศัยประสาทสัมผัสนั้น แม้จะมีเครื่องมือช่วยอย่างดีที่สุดก็เป็นไปไม่ได้ที่จะได้ความรู้ที่แท้จริง การแสวงหาความรู้ที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัสเท่านั้น จึงจะทำให้รู้สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้นจึงได้สนใจที่จะฝึกสมาธิ และมีจิตน้อมไปเพื่อความดับสนิท แต่อย่างไรก็ดี การศึกษาเรื่องนิพพานที่จะให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งด้วยตัวเองนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับคุณธรรมหลายอย่าง เช่น ความเมตตา-กรุณา การเสียสละ ความยุติธรรม ความกล้าหาญ ความอดทนอย่างนี้เป็นต้น และคุณธรรมที่ว่านี้จะต้องเป็นไปอย่างสมบูรณ์ด้วย โปรดเข้าใจให้ดีว่า ใคร ๆ ก็ตามที่ศึกษาเรื่องนิพพานจนกระทั่งจำหลักสำคัญต่าง ๆ ได้ดีเข้าใจแจ่มแจ้ง อธิบายให้คนอื่นฟังก็ได้ และ

สามารถอธิบายได้อย่างละเอียดถี่ถ้วน อธิบายได้โดยไม่ผิด *แต่พื้นจิตใจส่วนใหญ่ยังไม่สูง* เช่นยังมีความเห็นแก่ตัวอยู่มาก การเสียสละยังมีไม่พออย่างนี้เป็นต้น จะไม่มีทางเป็นไปได้เลย ที่เขาผู้นั้นจะรู้แจ้งนิพพานด้วยตัวเอง ขอให้นึกถึงเรื่องบารมี ๑๐ ว่ามีอะไรบ้าง คนที่จะบรรลุถึงนิพพานจะต้องสมบูรณ์ไปด้วยบารมีทั้ง ๑๐ ขอให้นึกถึงเรื่องมรรคมีองค์ ๘ คนที่จะบรรลุถึงนิพพานก็จะต้องมีมรรคครบทั้ง ๘ ขอให้นึกถึงเรื่องอินทรีย์ ๕ โพชฌงค์ ๗ วิสุทธิ ๗ และธรรมหมวดอย่างอื่นอีกหลายอย่าง และนั่นย่อมหมายความว่าไม่ว่าจะพูดถึงธรรมบทไหน คนที่จะบรรลุถึงนิพพานจะต้องมีธรรมครบตามบทนั้น ๆ อย่างบริบูรณ์ ขอให้พิจารณาดูธรรมในเรื่องโอวาทปาฏิโมกข์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ว่า ขันติคือความอดทนเป็นตบะอันสูงสุด นั้น เป็นการสรุปแนวทางของการปฏิบัติทั้งหมดไว้ด้วยขันติเพียงคำเดียว ซึ่งหมายความว่า ถ้าคนไหนมีขันติอย่างบริบูรณ์แล้วก็สามารถจะเผากิเลสในสันดาน

ให้หมดสิ้นไปได้ สามารบรรลุถึงนิพพานได้ คำว่าตบะแปลว่าเป็นเครื่องเผาบาป แต่ถึงกระนั้น พระองค์ก็ยังทรงขยายความต่อไปอีกหลายอย่าง เช่นพระองค์ตรัสว่า

การไม่ทำบาปทั้งปวง การบำเพ็ญกุศลให้บริบูรณ์ การชำระจิตของตนให้ผ่องแผ้ว นี่เป็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลายทุกพระองค์

จากหลักที่อ้างมาเพียงแค่นี้ ก็ชี้ให้เห็นอย่างชัดเจนแล้วว่า คนที่จะบำเพ็ญขันติได้อย่างบริบูรณ์จะต้องมีคุณธรรมอื่น ๆ อีกหลายอย่าง และแต่ละอย่างต้องสมบูรณ์ด้วย ไม่เช่นนั้นจะไม่สามารถบำเพ็ญขันติได้อย่างสมบูรณ์

ในปัจฉิมโอวาทซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่า **ท่านทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม** นี่ก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราสามารถมีความไม่ประมาทอย่างสมบูรณ์จริง ๆ ก็สามารถบรรลุถึงนิพพานได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า **ความไม่ประมาทเป็นทางให้ถึงซึ่งอมตะคือนิพพาน** คนที่จะมีความไม่ประมาทได้อย่างสมบูรณ์นั้น

ก็จะต้องมีคุณธรรมอย่างอื่นสมบูรณ์ด้วย เช่นจะต้องสามารถเข้าสมาธิได้ดี อย่างต่ำจะต้องสามารถเอาชนะนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ จึงจะรักษาความไม่ประมาทไว้ได้เสมอ ขอให้สังเกตว่า คนที่ยังไม่ตั้งใจจะถือศีล หรือถือแต่ยังปฏิบัติไม่ได้อย่างสมบูรณ์ ก็ย่อมไม่มีทางที่จะรักษาความไม่ประมาทไว้ได้อย่างสมบูรณ์ เพราะฉะนั้น จึงขอได้โปรดจำให้ดีว่า *การสอนธรรมอย่างรวบรัดเกินไป มุ่งตรงแต่จะให้คนปล่อยวางในเรื่องตัวตนโดยไม่คำนึงถึงพื้นฐานทางจิตใจอย่างอื่นนั้น จะไม่มีทางบรรลุความสำเร็จ*

การบรรลุถึงนิพพานไม่มีทางลัด คนบางคนที่สามารถตรัสรู้ได้เร็ว เช่นอย่างพระพาหิยะเป็นต้น ท่านเหล่านี้มีคุณธรรมอย่างอื่นสมบูรณ์มาแล้วทั้งสิ้น สำหรับคนที่พื้นคุณธรรมหลายอย่างยังไม่สมบูรณ์นั้น ก็เป็นการจำเป็นที่จะต้องหาอุบายแนะนำสั่งสอน เพื่อให้เขามีคุณธรรม เช่นบางคนมีนิสัยชอบพูดโกหกคนอื่นเสมอ ไม่รักษาคำมั่นสัญญา ชอบพูดอะไรพล่อย ๆ

โดยไม่คิดให้รอบคอบ ชอบใช้คำหยาบ มีนิสัยอิจฉาริษยาอย่างนี้เป็นต้น คนที่พื้นจิตใจยังอยู่ในระดับนี้ป่วยการที่จะสอนให้เขาละความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องตัวตน บุคคลประเภทนี้จะต้องหาอุบายหลายอย่างเพื่อจะสอนเขาให้หายจากนิสัยที่ไม่ดีเหล่านี้ และเพียงแค่นี้ก็เป็นงานใหญ่ที่จะต้องอาศัยการวิจัยกันอย่างมากมาย การที่คำสอนในพุทธศาสนามีมากมาย ก็เพราะคนเรามีนิสัยไม่เหมือนกันสิ่งแวดล้อมไม่เหมือนกัน การสอนก็จำเป็นอยู่เองที่จะต้องวางพื้นฐานไปจากจิตใจของเขาเพื่อให้คนทั้งหลายได้ค่อย ๆ ก้าวขึ้นมาโดยลำดับ อย่าได้คิดรวบรัดสอนเฉพาะแต่เรื่องใดเรื่องหนึ่งเลย

และเนื่องในโอกาสวันมาฆบูชาปีนี้ ข้าพเจ้าอยากจะให้ข้อคิดแก่ผู้ที่สนใจในเรื่องนิพพาน โปรดได้ช่วยกันพิจารณากันให้ถี่ถ้วน ขอให้อ่านดูข้อความในโอวาท-ปาฏิโมกข์ทั้งหมด แล้วจงพิจารณาดูว่าการที่จะสอนให้คนเราไปนิพพาน จะสอนรวบรัดมุ่งแต่จะให้คนละความยึดมั่นในเรื่องตัวตน โดยไม่พยายามสอนธรรมเรื่อง

อื่น ๆ ด้วยนั้นจะเป็นสิ่งที่เป็นไปได้หรือไม่ และผู้ปฏิบัติที่ต้องการความหลุดพ้น ถ้าหากยังรู้สึกว่าแม้แต่พื้นคุณธรรมขั้นต่ำซึ่งคนขั้นธรรมดาทั่วไปควรจะมีแต่ก็ยังมีไม่พอ เช่นยังมีนิสัยอิจฉาริษยา จะทำอะไรก็มุ่งแต่จะเอาชื่อเสียง ความรับผิดชอบต่อการงานหรือหน้าที่ของตัวยังมีไม่พอเป็นต้นเช่นนี้ เขามีทางที่จะบรรลุถึงนิพพานได้หรือไม่ ข้อความในโอวาทปาฏิโมกข์ทั้งหมดจะเป็นเครื่องเตือนสติเราได้อย่างดี ขอได้โปรดอ่านและพิจารณาหลาย ๆ ครั้งทุกตัวอักษรดังต่อไปนี้ :-

การไม่ทำบาปทั้งปวง การบำเพ็ญกุศลให้บริบูรณ์ การชำระจิตใจของตนให้ผ่องแผ้ว ทั้งหมดนี้เป็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

ขันติคือความอดทน เป็นตบะอันสูงสุด

พระพุทธเจ้าทั้งหลายย่อมกล่าวว่า นิพพานเป็นธรรมสูงสุด

ผู้ที่ประทุษร้ายผู้อื่น ไม่ชื่อว่าเป็นบรรพชิต ผู้ที่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ชื่อว่าเป็นสมณะ

การไม่พูดร้าย การไม่ประทุษร้าย การสำรวมอยู่ในปาฏิโมกข์ (คือวินัย ๒๒๗ ข้อ) การรู้จักประมาณในอาหาร การอยู่ในเสนาสนะอันสงัด การหมั่นประกอบความเพียรในอธิจิต (สมาธิจิต) ทั้งหมดนี้เป็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย.

- ๑๒ -

ดับไม่มีเหลือ

* โดยปกติคนที่ได้รับความบีบคั้นทางจิตใจจากความทุกข์มาก ๆ บางพวกมักจะหาทางออกด้วยการดื่มสุราหรือยาเสพติดต่าง ๆ ที่ทำให้ลืมเรื่องราวอันก่อให้เกิดความทุกข์ บางพวกก็แสวงหาด้วยการดูหนังดูละครหรือแสวงหาความสนุกเพลิดเพลินต่าง ๆ ด้วยการเปลี่ยนอารมณ์เปลี่ยนสถานที่เปลี่ยนบรรยากาศ เพื่อให้ลืมถึงเรื่องราวอันก่อให้เกิดความทุกข์ บางพวกก็อาจจะหาทางออกด้วยการเล่นการพนัน และบางพวกก็หาทางออกด้วยการตั้งวงระบายความทุกข์ด้วยการนินทาคนนั้นคนนี้ โทษเหตุการณ์อย่างนั้นอย่างนี้ หรือบางพวกก็เที่ยวเสาะแสวงหาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ไปตามสำนัก

---

* วิญญาณ ฉบับที่ ๓-๔ มีนาคม-เมษายน ๒๕๑๖

ทรงเจ้าเข้าผี เพื่อที่จะให้ท่านเหล่านี้ช่วยปลดเปลื้องความทุกข์ให้ รวมความแล้วก็คือคนทุกวันนี้ต่างก็พยายามแสวงหาที่พึ่งกันในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งใครจะไปทางไหนก็สุดแล้วแต่พื้นนิสัยเดิม และผู้ที่มาชักชวน

แต่อย่างไรก็ดี ยังมีอีกพวกหนึ่ง มุ่งเข้าสู่การปฏิบัติธรรม พยายามศึกษาและปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ ซึ่งบุคคลประเภทหลังนี้นับว่าแสวงหาทางดับทุกข์ในทางที่ถูก แต่ถึงกระนั้นก็ยังมีปัญหาเกิดขึ้นอีก กล่าวคือ แทนที่บุคคลเหล่านี้จะก้าวหน้าในการปฏิบัติกลับกลายเป็นคนที่กดทับความทุกข์เอาไว้ และมักจะพูดเสมอว่าตนเองต้องการจะดับไม่มีเหลือ ไม่ต้องการเกิดอีก ไม่ต้องการจะเป็นอะไรอีกต่อไปแล้ว ซึ่งบุคคลในกลุ่มนี้เขาจะไม่สนใจกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ไม่อยากจะรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งถ้ามีทางเป็นไปได้ก็ชอบอยู่อย่างเงียบ ๆ นึกคิดไปตามลำพัง และถ้ามีงานอะไรที่ตนเองชอบและพอที่จะทำได้ก็มุ่งทำแต่งานอันนั้น คนประเภทหลังนี้ถ้าไม่พิจารณาให้ลึกซึ้งแล้ว เราจะเห็นว่าเป็น

บุคคลที่ปฏิบัติถูกต้องปฏิบัติถูกทางแล้ว แต่ที่ข้าพเจ้ากล่าวว่า บุคคลประเภทนี้เป็นผู้ที่กดทับความทุกข์เอาไว้นั้น ก็เพราะมีข้อสังเกตที่เห็นได้ชัดอยู่อย่างหนึ่ง กล่าวคือ :-

ถ้าหากผู้ใดพูดอยู่เสมอว่า ต้องการความดับไม่มีเหลือ ไม่ต้องการเกิดอีกเพราะไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไร มันก็เป็นทุกข์ทั้งนั้น แต่ในเวลาเดียวกัน ถ้าหากไม่ยอมรับเรื่องการเกิดใหม่ ไม่เชื่อว่าคนเราตายแล้วจะต้องเกิดอีก หรือถึงแม้จะเชื่อ แต่ก็ไม่เข้าใจเรื่องเกิดใหม่อย่างชัดเจน และที่ชัดยิ่งกว่านั้นก็คือเข้าสมาธิไม่ค่อยได้ เพราะนั่งทีไรก็มักจะง่วงนอน หรือฟุ้งซ่าน ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วก็เป็นการแน่นอนว่า ท่านผู้นี้แม้จะพยายามเก็บตัวอยู่แต่ในที่เงียบไม่ยุ่งกับใคร ก็แสดงให้เห็นถึงว่า เป็นผู้ที่กดทับความทุกข์เอาไว้ ความทุกข์ไม่ได้คลายหรือลดน้อยลงเลย หากแต่พยายามลืมพยายามไม่นึกถึงเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสะเทือนใจ หรือก่อให้เกิดความทุกข์เท่านั้น และ

คำที่พูดว่า ต้องการความดับไม่มีเหลือ ไม่ต้องการเกิดอีกนั้น ความจริงก็คือความกดดันที่ออกมาในรูปหนึ่งนั่นเอง

ความกดดันเป็นพิษเป็นภัยอย่างใหญ่หลวงต่อการปฏิบัติ คนที่มีความกดดันและมุ่งเข้าสู่การปฏิบัตินั้นย่อมเปรียบเหมือนกับนักเรียนที่ความรู้เบื้องต้นมีไม่พอ แต่แล้วก็จะพยายามศึกษาหาความรู้ในระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งย่อมเป็นไปไม่ได้ที่เขาจะเรียนรู้ได้จริง ๆ ทางที่ดีก็คือ ต้องถอยกลับมาศึกษาความรู้เบื้องต้นให้รู้ดีเสียก่อนแล้วจึงค่อยเรียนต่อในระดับสูง อย่างนี้การเรียนจึงจะก้าวหน้าไปโดยลำดับ การปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน ถ้าหากพื้นจิตใจในด้านคุณธรรมมีไม่พอ ต่อให้ใช้เวลาตลอดชีวิตอยู่ป่าปฏิบัติตัวอย่างเคร่งครัด หรือแม้จะไปเป็นนักบวชอยู่ที่ไหนก็ตาม ตราบใดที่ความกดดันยังไม่หมดไปจากสันดาน การบรรลุภูมิธรรมแม้ในขั้นของพระโสดาบันก็ไม่มีทางเป็นไปได้ เพราะฉะนั้น ไม่จำเป็นจะต้องกล่าวถึงความดับไม่มีเหลือ ซึ่ง

เป็นภูมิธรรมของพระอรหันต์

ข้าพเจ้าได้เคยชี้แจงมาหลายครั้งว่า การบรรลุถึงนิพพานในความหมายอันหนึ่งก็คือ **การเข้าถึงความดับสนิท หรือการเข้าถึงความว่าง** ซึ่งหมายถึงว่า ในขณะที่เข้าถึงความดับสนิทหรือความว่างนั้น ความรู้สึกนึกคิดทุกอย่างดับหมด คล้ายกับคนที่นอนหลับสนิทโดยไม่ฝันและอิริยาบถทุกอย่างก็หยุดนิ่งสงบไม่มีการเคลื่อนไหวหรือเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมแม้แต่น้อย ถ้านั่งอยู่อย่างไร ก็จะนั่งอยู่อย่างนั้นตลอดไป ถึงแม้ในขณะนั้นจะไม่มีความรู้สึกอันใดเหลืออยู่ คล้ายกับตายไปชั่วขณะ แต่ก็จะไม่ล้ม ไม่เหมือนกับคนที่นอนหลับหรือคนตาย ถ้านั่งอยู่โดยไม่พิงอะไร ก็จะต้องล้มหรือโงนเงนไม่สามารถจะทรงอิริยาบถไว้ได้ นี่คือข้อสังเกตง่าย ๆ สำหรับคนธรรมดา แต่สำหรับผู้ที่เข้าถึงนิพพานจริง ๆ นั้น ตัวของเขาเองย่อมรู้แน่แก่ใจว่า ตนเองได้เข้าถึงจริงหรือไม่ ผู้ที่สามารถเข้าสมาธิดับสนิทได้อย่างนี้เท่านั้น จึงจะบอกได้ว่า เขาเป็นผู้ที่พร้อมแล้วแน่นอน

แล้วที่จะดับสนิทได้อย่างแท้จริงในภายหลัง คือดับตลอดกาลไม่มีการเกิดอีกต่อไป

ทั้งนี้ก็เพราะการที่เราจะแน่ใจว่า เราจะเกิดอีกหรือไม่เกิดอีกนั้น มันขึ้นอยู่กับความรู้แจ้งเกี่ยวกับประสบการณ์ของตัวเองที่ว่า **ในเมื่อเราสามารถเอาชนะความรู้สึกนึกคิดได้อย่างเด็ดขาด แม้เพียงชั่วขณะฟ้าแลบ ก็ย่อมทำให้รู้แจ้งว่า ตัวเราเกิดขึ้นมาเพราะอะไร** ซึ่งความรู้แจ้งที่ว่านี้ถ้าลงว่าเกิดสักครั้งหนึ่งแล้วจะไม่มีวันเสื่อม ไม่มีวันเลือนหายไปจากความรู้สึก และความรู้แจ้งที่ว่านี้ก็คือ **ถ้าหากยังมีตัณหาอุปาทานเหลืออยู่แม้เพียงเล็กน้อย การเกิดใหม่ย่อมจะต้องมีอีกอย่างแน่นอน** เพราะมีกฎตายตัวว่า ถ้าหากยังมีตัณหาอุปาทานเหลืออยู่ในสันดานแล้ว วิญญาณดับแล้วจะต้องเกิดอีกเสมอ และเมื่อวิญญาณเกิดอีก นามรูปก็ย่อมจะต้องเกิดอีก

ที่ว่า **ความกดดันเป็นพิษเป็นภัยอย่างใหญ่หลวง** ก็เพราะถ้าความกดดันยังมีอยู่ จะไม่

สามารถเข้าถึงสมาธิถึงขั้นดับสนิทได้เป็นอันขาด และถ้าเข้าสมาธิถึงขั้นนี้ไม่ได้ก็หมายความว่า ผู้นั้นตายแล้วจะต้องเกิดอีกอย่างแน่นอน เพราะการที่ยังเข้าถึงความดับสนิทไม่ได้นั้น แสดงให้เห็นอยู่แล้วว่า **ตัณหายังมีอยู่ในสันดาน และมีอยู่อย่างมากด้วย** เพราะฉะนั้น ขอได้โปรดจำไว้ให้ดีว่า บุคคลบางคนที่เกิดความเบื่อหน่ายต่อทรัพย์สมบัติ ต่อความสนุกสนานเพลิดเพลินต่าง ๆ เบื่อหน่ายต่อความวุ่นวายทุกอย่าง จึงได้เข้ามาปฏิบัติ และในเมื่อปฏิบัติก็สามารถปฏิบัติได้ดี เช่นถือศีลได้อย่างบริสุทธิ์อย่างนี้เป็นต้น แต่ถึงกระนั้น ถ้าความกดดันยังมีเหลืออยู่แม้เพียงเล็กน้อย ก็ไม่มีทางที่จะเข้าถึงความดับสนิทได้ เช่นอย่างในกรณีที่พระโพธิสัตว์ออกบวชเป็นฤาษี บำเพ็ญฌานสมาบัติจนได้อภิญญาต่าง ๆ แต่ถึงกระนั้น **อภิญญาข้อสุดท้ายคือ** อาสวักขยญาณก็จะเกิดขึ้นไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่พระโพธิสัตว์สามารถแสดงอิทธิปาฏิหาริย์ได้ ระลึกชาติได้ อ่านใจคนอื่นได้ มีทูทิพย์ ตาทิพย์ และบารมีต่าง ๆ ที่

สร้างมาก็มีมาก น่าจะได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ดับสนิทไม่มีเหลือ แต่เหตุไฉนจึงเป็นไม่ได้ แม้จะได้เคยปฏิบัติอย่างนี้มาแล้วหลายร้อยหลายพันชาติ ทั้งนี้ก็เพราะมีอุปสรรคอยู่ข้อเดียวที่ขวางอยู่ นั่นก็คือ **ความปรารถนาเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ** ขอให้สังเกตว่าพระโพธิสัตว์แม้จะมีความสามารถถึงขนาดนั้นคือได้อภิญญาแล้ว แต่ในเมื่ออยู่ในฐานะที่ไม่อาจจะเป็นพระสัมมาสัมพุทธะได้ ความสำเร็จเพียงแค่นี้ก็ยังช่วยไม่ได้ ก็แปลว่ายังมีความกดดัน เพราะฉะนั้นจึงไม่สามารถที่จะเข้าถึงความดับสนิทได้

อนึ่ง บางคนอาจจะแย้งว่า การบรรลุถึงนิพพานคือการเข้าถึงความดับสนิทนั้น ไม่จำเป็นต้องตั้งหน้าตั้งตาฝึกสมาธิก็ได้ เพราะในคัมภีร์มีปรากฏบ่อยครั้งว่า *ผู้ที่กำลังฟังธรรมอยู่หรือกำลังสนทนาธรรมอยู่ ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ก็มี* คือแปลว่า คนเราสามารถเข้าถึงความดับสนิทได้ทั้ง ๆ ที่ยังลืมตาอยู่ ข้อนี้ข้าพเจ้ายอมรับว่าเป็นไปได้จริง แต่ก็อย่าลืมว่า ในขณะที่จะ

บรรลุธรรมนั้นใจจะต้องสงบจากนิวรณ์ ขอให้นึกถึงคำที่ว่า **"วิรชๆ วีตมลๆ ธมฺมจกฺขุ อุทปาทิ ฯ ล ฯ"** ซึ่งแปลว่า **"ดวงตาเห็นธรรมอันปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน ได้เกิดขึ้นแล้วว่า สิ่งใดมีการเกิดขึ้น สิ่งนั้นทั้งหมดย่อมมีการดับเป็นธรรมดา"** ตามหลักในคัมภีร์กล่าวว่า ถ้าผู้ใดเกิดดวงตาเห็นธรรมเช่นนี้ ก็แปลว่าอย่างน้อยก็ละสักกายทิฏฐิได้เด็ดขาด และได้ชื่อว่าเป็นพระโสดาบัน

โดยธรรมดาผู้ที่จะมีดวงตาเห็นธรรมเช่นนั้น ในขณะฟังต้องมีสมาธิดีมาก นิวรณ์ไม่ครอบงำ และที่ควรจะต้องสังเกตอย่างยิ่งก็คือ *คนสมัยปัจจุบันเช่นอย่างเราๆ นี้ก็เข้าใจธรรมบทนี้ดี เข้าใจแจ่มแจ้ง แต่เหตุไฉนจึงไม่สำเร็จเป็นพระโสดาบันเล่า ?* แม้จะให้ภาวนาบทนี้ด้วยความเข้าใจนับเป็นแสน ๆ ครั้งก็ตาม ถ้าหากความกดดันยังมีอยู่มากก็ไม่มีทางจะเข้าถึงความดับสนิท และการที่จะให้ความกดดันหมดไปนั้น จะใช้วิธีสมาธิและวิปัสสนาเท่านั้นไม่ได้ การพยายามสนอง

ความต้องการหรือการพยายามหาทางให้สำเร็จสมความปรารถนาในเรื่องนั้น ๆ อันนี้ก็มีความสำคัญไม่น้อย แต่ต้องเป็นการสนองความต้องการในทางที่ถูก ความกดดันจึงจะหมดไปได้ และในบางกรณีสำหรับคนที่มีสันดานชั่ว ถ้าไม่ได้ทำตามสันดานแล้วความกดดันไม่หาย ในกรรีอย่างนี้ เราก็ต้องยอมให้เขาทำความชั่ว แม้ว่าเขาจะต้องได้รับความเดือดร้อนและเสียเวลามากมายสักเพียงไรก็จำเป็นสำหรับเขา เพราะเขาไม่มีทางเลือก มันเป็นกรรมของเขาเองที่ไปสร้างวิบากในเรื่องนั้น เพราะถึงแม้เราจะบังคับเขาหรือป้องกันเขาไว้ให้อยู่ห่างไกลจากสิ่งแวดล้อมที่จะยั่วยุให้เขาทำความชั่ว ก็จะทำได้เพียงชั่วคราวเท่านั้น ในที่สุดเราจะป้องกันเขาไม่ได้ เพราะถ้าเขามีโอกาสเมื่อไร เขาก็จะบังคับตัวเองไม่ได้ เรื่องความกดดันเป็นเรื่องใหญ่และซับซ้อนมาก คนที่ไม่เข้าใจเรื่องนี้จริง ๆ ย่อมไม่มีทางที่จะเอาชนะมันได้เลย

คนที่ปรารถนาจะเข้าถึงความดับสนิทไม่มีเหลือ

หรือเข้าถึงความว่างอย่างสมบูรณ์นั้น **ในขั้นแรกขออย่าได้ตั้งความปรารถนาว่า จะไม่ขอเกิดอีกต่อไป** แต่ขอให้ตั้งใจว่า ทำอย่างไรเราจึงจะสามารถทำใจให้ว่างได้จริง ๆ เพราะการที่จะเกิดอีกหรือไม่เกิดอีกนั้น เราจะต้องพิสูจน์ด้วยการทำใจให้ว่างในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ให้ได้เสียก่อน ถ้ายังทำไม่ได้ก็แปลว่า เรายังจะต้องเกิดอีกแน่นอน และถ้ายังจะต้องเกิดอีกก็ขอให้นึกถึงเรื่องวิบากต่าง ๆ ให้มากเพราะวิบากต่าง ๆ ที่เราสะสมเอาไว้นั้น มันต้องให้ผลแน่นอนไม่วันใดก็วันหนึ่ง ไม่ชาติใดก็ชาติหนึ่ง และเมื่อให้ผลแล้วโดยปกติก็ไม่ใช่ครั้งเดียวหรือสองครั้ง มันอาจจะนับครั้งไม่ถ้วน เพราะทุกครั้งที่เราทำตามวิบาก วิบากมันก็เกิดอีกด้วย **แต่ถ้าปรากฏว่าทุกครั้งที่เราได้ทำตามวิบาก เราเข้าใจเรื่องตัวเองดีขึ้น เห็นโทษของวิบากชัดเจนขึ้น นั่นย่อมหมายถึงว่า วิบากค่อย ๆ น้อยลง**

เมื่อวิบากน้อยลง ความกดดันก็ย่อมจะน้อยลงไปด้วย และแล้วสักวันหนึ่งเราก็คงจะสามารถเข้า

สมาธิได้ดี เมื่อสมาธิดีขึ้น ความกดดันน้อยลง โอกาสที่จะเข้าถึงความดับสนิทก็จะเข้ามาใกล้ทุกที แต่ก็อย่าลืมว่า การแก้ความกดดันนั้น ในบางกรณีเราต้องทำตามความอยาก แต่ในบางกรณีเราก็ต้องบังคับตัวเองไม่ให้ทำอะไรตามอารมณ์ ความก้าวหน้าของจิตใจจะต้องค่อยเป็นค่อยไปในลักษณะนี้ เราจะไปเร่งให้เร็วเกินกว่าฐานะเดิมของเราไม่ได้ คนที่บ่นหรือคิดแต่จะให้หลุดพ้นอย่างเดียว ไม่ต้องการมาเกิดอีกนั้น ขอให้ตั้งข้อสังเกตไว้บ้างว่า อาจจะเป็นเพราะมีความกดดันมากเกินไปนั่นเอง และไม่รู้จะออกทางไหน จึงได้คิดแต่จะหนีจากชีวิตไปเสียให้พ้นอย่างเดียวโดยไม่รู้ว่า ถ้าในปัจจุบันยังเอาชนะความทุกข์ไม่ได้ เมื่อตายแล้วก็จะต้องเกิดอีก และจะต้องทุกข์อีกอย่างแน่นอน.

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์วิญญาณ ๔๗/๒ ถนนสามเสน
บางลำพู กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐
โทร. ๒๘๒-๒๐๒๕, ๖๒๘-๑๕๕๑, ๒๘๑-๑๗๐๖
นางสาวศรีเพ็ญ จัตุทะศรี ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๔๒

ความว่าง

- ในปัจจุบันนี้ เรามีปัญหาเฉพาะหน้ามากมายซึ่งจำเป็นจะต้องแก้ และปัญหาที่หนักหน่วงที่สุด เป็นปัญหาด่วนเฉพาะหน้าด้วย ก็คือ **ทำอย่างไรจึงจะเอาชนะความคิดของตนเองได้ ? ทำอย่างไรจึงจะสามารถทำใจให้ว่างได้บ้าง ?** ถ้าเราสนใจแต่เรื่องอย่างนี้ในลักษณะอย่างนี้แล้ว เราก็จะไม่ไปโต้แย้งกับใคร และก็จะไม่มีใครมาโต้แย้งกับเราด้วย เพราะแนวความคิดอันนี้เป็นแนวที่เข้ากันได้กับลัทธิที่ว่าด้วย **นิพพาน** ของทุกนิกาย ไม่ว่าใครจะศึกษามาจากสำนักไหนจากนิกายไหน ซึ่งเขาจะมีหลักเกี่ยวกับเรื่องนิพพานเป็นอย่างไรก็ตาม แต่ทุกคนก็ย่อมจะเห็นพ้องเหมือนกันทั้งหมดว่า **การทำใจให้ว่างนั้นเป็นสิ่งประเสริฐยิ่ง และเป็นการที่จะนำไปสู่การบรรลุถึงนิพพานได้อย่างแน่นอน และจะทำให้รู้จักนิพพานอย่างแจ่มแจ้ง และถูกต้องด้วยปัญญาของตัวเอง ไม่ต้องเชื่อตามผู้อื่น**
- เรื่อง**ความว่าง** ก็คือ เรื่อง**นิพพาน** โดยปกติเรื่องนิพพานมักจะเป็นเรื่องที่เข้าใจยากสำหรับคนทั่วไป นอกจากจะเข้าใจยากแล้วคนส่วนมากยังเข้าใจเรื่องนี้ผิด จนกระทั่งรู้สึกกันว่า เรื่องนิพพานไม่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันเลย และไม่รู้ว่า จะเอาความรู้เรื่องนิพพานมาใช้ให้เกิดประโยชน์ควบคู่กันไปกับการศึกษา หรือการประกอบกิจการงานต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร ?

คำตอบทั้งหมดอยู่ในหนังสือเล่มนี้

คนที่เข้าใจเรื่องนิพพานอย่างถูกต้องนั้น ทุกคนจะรู้สึกว่าการที่เราต้องศึกษา ต้องทำงาน ต้องแต่งงานมีครอบครัว ต้องรับผิดชอบต่อสังคม ต่อประเทศชาติ ต้องทำงานอย่างนั้นอย่างนี้ และจำเป็นต้องมีศีลธรรม ต้องมีการเสียสละ ทั้งหมดก็เพื่อเป็นพื้นฐานให้เราเข้าถึง *นิพพาน* นั่นเอง